ابتدائی تعلیم کی رہنما کتاب

تحقیق وتدوین

منور فاطمہ

دی ایجوکیشن فاؤنڈیشن

پیغام

بچے اللہ تعالیٰ کی بہترین تخلیق ہیں۔ یہ زندگی کی علامت اور اسکو خوبصورت بنانے کا باعث ہیں۔ تمام والدین اپنی انتہائی کوشش کرتے ہیں کہ وہ اپنے بچوں کی بہترین تعلیم و تربیت کریں۔ والدین اپنے تمام وسائل اپنے بچوں کی ضروریات اور خواہشات پر خرچ کرتے ہیں۔ لیکن کچھ والدین اور بچے زندگی بھر کچھ چیلنجز کا سامنا کرتے ہیں۔ یہ مشکلات ذہنی، جسمانی، سمعائی اور بصری ہوتی ہیں۔ گویا یہ کچھ خاص بچے ہوتے ہیں لہٰذا انکی نشو نما بھی خاص طریقوں سے کی جانی چاہیے۔ انکے تعلیم حاصل کرنے کے مراحل بھی مختلف ہوتے ہیں۔ انکے اساتذہ بھی خاص اور منتظمین بھی خاص۔ یہ بچے سارے معاشرے کی ذمہ داری ہیں۔ انکی بحالی یا Rehabilitation میں سب کا کردار ہے۔

"ابتدائی تعلیم کی رہنما کتاب" کئی حوالوں سے انتہائی مفید اور اساتذہ، منتظمین کے علاوہ والدین اور اسپیشل ایجوکیشن سے وابستہ افراد کیلئے بھی اُتنی ہی مفید اور کارآمد ہے۔

اس کتاب کے مطالعہ سے جہاں اساتذہ کو تعلیم و تربیت کے لیے درکار صلاحیتوں اور مہارتوں کے حوالے سے گراں قدر ذخیرہ علم و حکمت حاصل ہوگا۔ وہیں کتاب میں مختلف معذوریوں کی اقسام اور انکے مطابق موثر عملی سرگرمیاں جاننے کا موقع ملے گا کیونکہ یہ عملی سرگرمیاں طلباء کی آموزش اور دلچسپی بڑھانے کیلئے بھی موثر ہیں۔

میرا خیال ہے کہ اُردو زبان میں اسپیشل ایجوکیشن کے پیشہ ورانہ موضوعات پر کتابوں کے خلاء کو بھی پر کرنے میں یہ کتاب معاون ثابت ہوگی۔ اس ادارے کے قیام اور اسکے مقاصد کا تعین کرنے اور ان کو حاصل کرنے میں مسلسل اور مستقل رہنمائی اور وسائل کو مہیا کرنے پر میں صدر، دی ایجوکیشن فاؤنڈیشن، ڈاکٹر سردار یاسین ملک ہلالِ امتیاز و ستارۂ امتیاز، جناب صدیق شیخ ستارۂ امتیاز، جناب غلام احمد بمبل، جناب خالد شفیع، محترمہ تنویر عشرت، مسز صوفیہ سلطان اور جناب مہتاب الدین چاؤلہ کی بے حد شکر گزار ہوں۔

اور اِس کتاب کی اشاعت کا بیڑہ اُٹھانے پر میں دی ایجوکیشن فاؤنڈیشن کے شعبہ خصوصی تعلیم کو بھی مبارکباد دیتی ہوں۔

اور ساتھ ساتھ سلاطین ٹرسٹ کی بھی بے حد ممنون ہوں جن کے تعاون سے اسکی اشاعت ممکن ہوئی۔

ڈائریکٹر
دی ایجوکیشن فاؤنڈیشن
فرحانہ اقبال

مصنفہ کا تعارف

اللہ تعالیٰ نے یہ دنیا کسی مقصد کے تحت بنائی ہے اور یقیناً ہمیں بھی دنیا میں کسی نہ کسی مقصد کے تحت بھیجا گیا ہے۔ ہم میں سے کچھ لوگ اپنی زندگی کے مقصد کو جان لیتے ہیں اور کچھ نہیں جان پاتے۔ جو اپنی زندگی کے مقصد کو جان لیتے ہیں تو ایسے لوگوں کی زندگی درسروں کو فائدہ پہنچانے کا ذریعہ بن جاتی ہے۔ مس منور فاطمہ کا شمار بھی ان چند لوگوں میں ہوتا ہے۔ جنہوں نے اپنی زندگی کے مقصد کو جاننا اور یہ ہی وجہ ہے کہ مس منور فاطمہ کی "خصوصی تعلیم" کے لیے خدمات قابلِ تحسین ہیں۔ آپ نے اپنی پوری زندگی خصوصی بچوں، ان کے والدین اور اساتذہ کی رہنمائی کے لیے وقف کردی۔

1971ء سے اب تک آپ بحثیت سائیکالوجی اور خصوصی ماہرین تعلیم کی حیثیت سے اپنی خدمات انجام دیں رہی ہیں۔

1962ء میں آپ کو یونیورسٹی آف آلہٰ آباد (انڈیا) نے اقبال گولڈ میڈل سے نوازا۔ نیز 1964ء میں آلہٰ آباد یونیورسٹی سے کلینکل سائیکالوجی میں ماسٹرز کیا۔ اس کے علاوہ آپ کو ساؤتھ اشیاء پبلیکیشن کی جانب سے "Star Laureate award" ایواڈ دیا گیا پاکستان آنے کے بعد 1971-75ء تک جناح پوسٹ گریجویٹ ہسپتال کے شعبہ نیوروسایئکاٹرس میں USA کے تعاون سے (شروع ہونے والے پروجیکٹ سے) اپنی پیشہ وارانہ زندگی کا آغاز کیا۔

1983-84ء میں جرمن گورنمنٹ کی جانب سے جرمنی جا کر 18 ماہ کا ذہنی صلاحیتوں، رویوں اور جذباتی مسائل سے دوچار بچوں کے حوالے سے ایڈونس ٹرٹینگ پروگرام کیا۔ اس کے علاوہ محترمہ نے تین سرکاری اور غیر سرکاری خصوصی تعلیمی مراکز قائم کئے۔

1986-2001ء میں وزات برائے خصوصی تعلیم، حکومتِ پاکستان کے ساتھ بحثیت ڈائریکٹر خدمات سرانجام دیتی رہیں اِس دوران آپ نے ILO / UNDP کے تحت ہونے والے نیشنل پروجیکٹ میں بحثیت پروجیکٹ کوآرڈنیٹر کام کیا۔ جس کا مقصد خصوصی بچوں کے لیے CBR کا ماڈل تیار کرنا تھا۔ آپ 2001ء میں ریٹائرمنٹ کے بعد وزارت خصوصی تعلیم، حکومتِ پاکستان نے مزید دوسال آپ کی خدمات حاصل کی۔ آپ نے UNICF کے تعاون سے خصوصی بچوں کی ابتدائی تعلیم کیلئے Pakistani Model of Portage Guide to Early Education تیار کیا۔ اس ماڈل کے تحت بچوں کو جس حد تک نارمل زندگی کا حصہ بنا سکتے ہیں، بنانا تھا۔ اس ماڈل میں تجویز شدہ سرگرمیوں کو اِسپیشل اِسکولز کے سلیبس کا باقاعدہ حصّہ بنایا گیا ہے۔ پیرینٹل امپاورمنٹ کے تحت انہوں نے CBR (Community Based Rehabilatation) منیجرز کو 30 ورک شاپ کروائی ہیں۔

آپ کے لکھے ہوئے تحقیقی مضامین مختلف اخبارات اور میگزین میں چھپتے رہے ہیں۔ نیز آپ نے نیشنل اور انٹرنشنل لیول پر کئی ریسرچ پیپر پڑھے ہیں۔ آپ نے پرائمری اور پری پرائمری بچوں کے اساتذہ اور والدین کی رہنمائی 3 کتابیں اور 5 کتابچے تصنیف کئے۔

تاثرات

پاکستان میں جب کبھی اسپیشل ایجوکیشن کی تاریخ مرتب کی جائے گی اس میں محترمہ منور فاطمہ صاحبہ کا نام سرفہرست ہوگا۔ آج ہمارے ملک میں اسپیشل ایجوکیشن میں جو کوششیں نظر آرہی ہیں ان میں منور فاطمہ صاحبہ کی دن رات کی محنتیں بھی شامل ہیں۔ اسپیشل بچوں کے لیے گھر گھر جاکر معلومات اکٹھی کرنے سے لے کر ان کے لیے تربیتی کورسز کی تیاری اور پھر حکومتی سطح پر پالیسی مرتب کرنے تک کے مراحل میں ان کی محنت خلوص اور قومی جذبہ خدمت شامل ہے۔

زیرنظر کتاب "ابتدائی تعلیم کی رہنما کتاب" ان کے مطالعہ اور تعلیمی تجربات کا نچوڑ کہا جائے تو غلط نہ ہوگا۔ اس کتاب میں انہوں نے بہت ہی مختصر مگر وسیع مضمون میں اسپیشل بچوں کے لیے ہر ممکن مواد اکھٹا کردیا ہے۔ مصنفہ نے اپنے وسیع تجربات اور اسپیشل ایجوکیشن پر گہری نظر کو جس انداز میں ارباب تعلیم اور بالخصوص طلبہ کی تشکیل کی خاطر اس کتاب میں پیش کیا ہے یہ انہیں کا حصّہ / حاصہ ہے۔

یہ کتاب نہ صرف اسپیشل ایجوکیشن کے طلبہ کے نصابی تقاضوں کو پورا کرتی ہے بلکہ اس میدان میں ایک معیاری کتاب کی حیثیت بھی رکھتی ہے۔ اِس کتاب کے ابتدائی حصّے میں اسپیشل بچوں میں پائی جانے والی ذہنی اور جسمانی معذوریوں کی عمومی اقسام بیان کی گئی ہیں۔ اور پھر ان کے لے مختلف سرگرمیاں پیش کردی گئی ہیں۔ اِس کے آخر میں پیش کردہ منسلک جات (Annexures) میں بہت قیمتی اور مفید معلومات اکٹھی کردی گئی ہیں جس سے ان بچوں کے لیے بہت سی نئی سرگرمیاں مرتب کی جاسکتی ہیں۔

مختصراً یہ کہ ابتدائی تعلیم کی رہنما کتاب ابتدائی خصوصی تعلیم پر ایک ایسی جامع کتاب ہے جس سے اسپیشل ایجوکیشن کی ہر گُھتی کے سلجھانے میں مدد لی جاسکتی ہے۔ نیز اِس سے طلبہ استاذہ اور والدین سب ہی یکساں طوپر استفادہ کرسکتے ہیں۔

ڈاکٹر ندیم غیاث
وائس پرنسپل
اسپیشل ایجوکیشن ونگ بحریہ کالج کارساز

تاثرات

میں محترمہ منورہ فاطمہ کو مبارکباد دیتی ہوں کہ اُنھوں نے بے انتہا کاوش اور تحقیق کر کے ایک ایسے عنوان پر قلم اُٹھایا جس پر یعنی بچوں اور خصوصاً مخصوص بچوں کی تعلیم کے لیے اساتذہ کی رہنمائی اور تربیت کے لیے بہت کم لکھا گیا ہے۔

تعلیم کا مقصد وہی ہے کہ ہر بچہ معاشرہ کے لیے ایک کارآمد رکن کی حیثیت سے اُبھرے، پر اُعتماد ہو اور اپنی ذاتی زندگی اور معاشرتی زندگی کے تقاضوں کو پورا کر کے ایک ذمہ دار انسان بن سکے۔ بچے کی تمام تر امکانی صلاحیتوں کو بھرپور طریقہ پر بروئے کار لانے کے بہترین مواقع فراہم کرنا ہی تعلیم کا پہلا مقصد ہے۔

بھرپور صلاحیتوں کے عامل بچوں کو بھی عمدہ تعلیم دینے کے لئے تربیت یافتہ استاتذہ ہی کو منتخب کرنا چاہئے۔ لیکن تعلیمی اعتبار سے مخصوص ضروریات رکھنے والے بچوں کے اساتذہ کا خصوصی طور پر تربیت یافتہ ہونا بہت ضروری ہے۔ انھیں جدید ترین طریقہ ہائے تدریس پر مہارت اور عبور ہونا چاہیے۔ اُنھیں طلبہ کی صلاحیتوں کی نشو ونما اور سیکھنے کے عمل سے متعلق مکمل معلومات ہونا چاہیے۔ اِسلئے خصوصی تعلیم خصوصی بچوں کو تعلیم دینے والے اساتذہ سے غیر معمولی ذمہ داری۔ شعور۔ ذہانت اور صبر وتحمل کا تقاضہ کرتی ہے۔

میں نے منورہ فاطمہ کی کتاب کا مطالعہ کیا اور میں بہت متاثر ہوئی کہ انھوں نے کس حدتک گہرائی میں اُتر کران مخصوص بچوں کی بہتر تعلیم وتربیت کے لئے گوہر چنے ہیں یقیناً کتاب میں دی گئی تفصیلات ان بچوں کی تعلیم کیلئے منورہ فاطمہ کی فکران کی لگن اور کاوش ان کے ایک اچھے انسان اور اچھے شہری ہونے کے ناطے اپنی ذمہ داری نبھانے کا ایک ثبوت ہے۔ اس ذمہ داری کا احساس ہمیں اور آپ کو بھی ہونا چاہیے۔ ان احساسات بڑے کاموں کی طرف قدم اُٹھتے ہیں۔ جس کی ایک روشن مثال منورہ فاطمہ کی یہ کاوش ہے۔ میں اُمید کرتی ہوں کہ خصوصی بچوں کی تعلیم کے ذمہ دار اور عام بچوں کے اساتذہ بھی اس کتاب سے ضرور فائدہ اُٹھائیں گے۔

منورہ فاطمہ کی کاوش صرف تدریسی عمل کو بہتر بنانے کے طریقوں پر ہی ختم نہیں ہوتی بلکہ وہ اس فکر میں بھی نظر آتی ہیں کہ اساتذہ اور والدین کو بھی یہ پتہ چلے کہ بچہ سیکھنے کی صلاحیتوں اور مہارتوں کے اعتبار سے کب کہاں پہنچا۔ اسی کاوش کی لڑی کتاب کے آخر میں بچوں کی عملی کارکردگی سے متعلق "چیک لسٹ" کی صورت میں موجود ہے۔

منورہ فاطمہ نے بچوں کی سیکھنے کے عمل میں دلچسپی برقرار رکھنے کیلئے ایسی مشقیں اور کھیل مرتب کئے ہیں کہ حصول تعلیم بچوں پر گراں اور تھکا دینے والا عمل نہ بنے اور بچے ایک ہلکے پھلکے خوشگوار ماحول میں موثر رہنمائی اور کامیابی کے ساتھ رواں دواں رہیں۔

یوں تو عام بچوں کو تعلیم دینے والے اساتذہ بھی قابل قدر ہیں لیکن مخصوص بچوں کو تعلیم دینے والے اساتذہ اور منورہ فاطمہ جیسی رہنما کو میرا خاص "سلام" اور بے حد دُعائیں۔

اس کاوش پر اساتذہ اور والدین کی طرف سے دلی مبارک باد۔

یہاں پر یہ شعر ضرور لکھونگی

شکوہ ظلمت شب سے تو کہی بہتر تھا
اپنے حصے کی کوئی شمع جلائے جاتے۔

منورہ فاطمہ نے یہ کتاب لکھ کر اپنے حصے کی جو شمع جلائی ہے اِس کی تو بڑی تیز چمکدار اور تابناک ہے اللہ انکی اس کوشش کو صدقہ جاریہ کے طور پر قبول فرمائے۔ امین

مس ناظمہ اطہر
سینئر پرنسپل سول ایویشن اتھارٹی ماڈل اسکول نمبر 2

اِظہارِ تشکر

اس رہنما کتاب کو آپکے ہاتھوں تک پہچانے میں چند افراد اور دی ایجوکیشن فاؤنڈیشن کا بہت بڑا ہاتھ ہے۔ دی ایجوکیشن فاؤنڈیشن نے ایک پلیٹ فارم مہیا کر کے یہ موقع دیا کہ ان خیالات اور معلومات کو کتاب کی صورت میں لایا اور چھپوایا جا سکے۔ اُنھوں نے کتاب کو چھپوانے کی پوری ذمہ داری بہت فراخدلی سے اپنے ذمہ لی۔

دی ایجوکیشن فاؤنڈیشن کی اسپیشل یونٹ کی Program Coordinator مس ثمینہ الماس خیالات اور تصورات کو کتابی صورت میں لانے کے طویل عمل میں مستقل میرے ساتھ رہیں اور ہر ممکن صورت میں اس میں بھرپور حصہ لیا۔ کراچی کے چند ذہنی پسماندہ بچوں کے تعلیمی اداروں کے پرنسپل کی بے حد ممنون ہوں جنھوں نے اس کے مختصر جائزے اور تجزیے کے لئے منعقد لمبی چوڑی میٹنگ میں نہ صرف شرکت کی بلکہ اپنی رائے اور مشوروں سے اسکو بہتر بنانے میں مدد بھی کی۔

محمد شکیل کے خصوصی اور دلی شکریے کے بغیر اِظہارِ تشکر نامکمل رہ جائے گا جنھوں نے بہت محنت، صبر اور تحمل سے یہ مسودہ نہ صرف ٹائپ کیا بلکہ اس میں بار بار کی گئی تبدیلیوں کے لئے اضافی محنت اور صبر سے کام لے کر آج اس صورت میں پہنچایا جو آپ ملاحظہ فرما رہے ہیں۔

منور فاطمہ

ابتدائی تعلیم کی رہنما کتاب

تحقیق و تدوین
منور فاطمہ

دی ایجوکیشن فاؤنڈیشن

فہرست

صفحہ نمبر

تعارف 1-6

سیکھنے کے عمل کو موثر بنانے کے رہنما اصول 7-8

Disability کا مختصر جائزہ

- ذہنی پسماندگی 9-12
- جسمانی معذوری 13-14

ابتدائی تعلیمی مہارتیں

- پڑھنا سیکھنے کی صلاحیتیں 15-16
- لکھنا سیکھنے کی صلاحیتیں 17-18
- گنتی اور حساب سیکھنے کی صلاحیتیں 19-20
- زباندانی سیکھنا 21-22

نصابی سرگرمیاں

- پڑھنا سیکھنا 23-25
- لکھنا سیکھنا 26-28
- نمبر اور اسکا استعمال 29-32
- زباندانی کی نشوونما
- ذاتی دیکھ بھال
- عام معلومات

ANNEXURES

- ANNEX- A زبان دانی بڑھانے کیلیئے الفاظ کی فہرست کا ایک نمونہ i -ii
- ANNEX-B اجتماعی کھیل اور گانے i-iii
- ANNEX-C ورک شیٹ i-iv
- ANNEX-D بچے کی موجودہ کارکردگی کی سطح کا جائزہ لینے کے لئے چیک لسٹ i-viii

تعارف

زیر نظر رہنما کتاب میں اُن صلاحیتوں کی مرحلہ وار نشو ونما کا مفصل بیان ہے جو بچے کو پڑھائی، لکھائی، ہندسوں اور گنتی سمجھ کر استعمال کرنے کے قابل بناتی ہیں۔ یہ یاد رکھنا ضروری ہے کہ صلاحیتیں مرحلہ وار آگے بڑھ کر جب ایک خاص سطح پر پہنچیں گی تب بچے کے لئے پڑھائی، لکھائی، گنتی اور ہندسوں کو سیکھنا ممکن ہو سکے گا۔

شاید آپ پہلے سے یہ نکتہ سمجھتے ہوں کہ عام طور پر نظر آنے والی چار Disabilites (جسمانی (Physical)۔ بصری (Visual)۔ سمعی (Hearing) اور ذہنی پسماندگی (MCC) میں ذہنی پسماندگی سب سے زیادہ پیچیدہ اور الجھا دینے والی Disability ہے۔ یہ پیچیدہ اس لیے ہے کہ نقص، کمی اور کمزوریاں ذہنی صلاحیتوں میں ہیں۔ جو کسی طرح کے کام سیکھنے کے عمل میں، کسی بھی مہارت کو حاصل کرنے میں کام آتی ہیں۔ کارکردگی آگے بڑھنے اور آسان سے مشکل، معمولی سے بہت خوب کی طرف جاتے رہنے کیلئے صلاحیتوں کی آگے بڑھتی ہوئی نشو ونما بہت ضروری ہے۔ مثلاً اس سے پہلے کہ بچے کو حروف اور ہندسے پہچاننا اور لکھنا سکھانا شروع کیا جائے یہ ضروری ہے کہ پہلے یہ دیکھ لیا جائے کہ حروف اور ہندسے پڑھنا، لکھنا سیکھنے کیلئے جو صلاحیتیں درکار ہیں وہ اسی درجے اور خوبی کی ہیں جو اس کام کیلئے ضروری ہیں۔ اگر اُس کے پاس حروف کو اُس کی آواز سے پہچاننے اور ہندسے کو پڑھنے، لکھنے اور اُس کو سمجھنے میں استعمال ہونے والی صلاحیتیں اُس درجے کی نہیں ہیں۔ تو سیکھنے کا عمل بامعنی کارکردگی اور بامعنی طریقے سے آگے نہیں بڑھے گا۔

ذہنی پسماندگی ایک پیچیدہ مسئلہ اس لئے ہے کہ اس کی وجہ سے سیکھنے کے عمل میں بچے کو پیش آنے والی مشکلات آسانی سے سمجھ میں نہیں آتیں۔ اس کے نتائج نہ سمجھ میں آنے والے ہیں، کیونکہ کہ ذہن کی مختلف صلاحیتوں کی کارکردگی کی عملی سطح، اُس کی طاقت اور خوبی نظر نہیں آتی۔ کسی ایکسرے اور MRI سے بھی اُس کا پتہ نہیں چل سکتا۔ ایک بات اور ذہن میں رکھیں کہ ایک ہی سطح کی ذہنی پسماندگی کے 10 بچوں میں بھی اُن کی مخصوص، بہتر اور سب سے کمزور صلاحیتیں بہت مختلف ہوں گی۔ اس کے علاوہ اُن کے رویّے اور اُن کے کام سیکھنے کے طور طریقے بہت مختلف ہو سکتے ہیں۔ اس لیے بہت ضروری ہے کہ بچے کیلئے سیکھنے کا انفرادی پروگرام (IEP) بنایا جائے۔ اس پروگرام کو بنانے سے پہلے یہ بھی بہت ضروری ہے کہ آپ مختلف طریقے استعمال کر کے بچے کی صلاحیتوں کے مختلف areas میں اُس کی کارکردگی کی سطح اور بچے کی شخصیت اور رویوں کے مختلف پہلوؤں کی مکمل تفصیلات رپوٹ کی صورت میں تیار کر لیں۔

رپوٹ تیار کرنے کیلئے مختلف طریقے استعمال کریں یعنی چیک لسٹ کا استعمال، باقاعدہ ٹیسٹ اور بچے کی کارکردگی کا باقاعدہ اور تفصیلی مشاہدہ اس کتاب میں موجود معلومات اس بات کی کوشش ہے کہ سیکھنے کے عمل میں مشکلات سے دوچار بچوں کے اساتذہ اور والدین کو وہ بنیادی معلومات دی جائے جو ان بچوں کی ممکنہ حد تک بہترین نشو ونما، تعلیم اور بحالی میں مددگار ہو۔

یہاں پر تعلیم کے اصل معنی و مفہوم کی وضاحت ضروری ہے۔ ماہرین تعلیم نے تعلیم کے اصل مفہوم و مقصد پر روشنی ڈالتے ہوئے کہا کہ " تعلیم کا مقصد ہر بچے کو وہ تمام مواقع فراہم کرنا ہے، جو اُس کی صلاحیتوں / مہارتوں کو ممکنہ حد تک نشو ونما دے سکیں۔ مزید برآں اُس کو جذباتی طور پر مستحکم بنانا اور اس میں خود اعتمادی کو فروغ دینا بھی تعلیم کا حصہ ہے، تاکہ بچہ بڑا ہو کر اپنی ذاتی، معاشرتی اور معاشی زندگی میں ممکنہ حد تک خود مختاری حاصل کر سکے "۔

بچے کی عملی کارکردگی کی سطح جاننے کیلئے نشوونما کے پانچوں پہلوؤں (زبان دانی، ذہنی صلاحیتیں، ذاتی دیکھ بھال، حرکات، معاشرتی میل جول) کا تفصیلی جائزہ لینے کے لئے چیک لسٹ موجود ہے۔ چیک لسٹ کے استعمال کا طریقہ اسکے پہلے صفحہ پر موجود ہے۔

اسکے علاوہ ذہنی پسماندگی اور جسمانی معذوری پر مختصر جامع معلومات بھی دی گئی ہے۔

دوسال سے چھ سال کی عمر تک پڑھنا سیکھنے، نمبر کو سمجھنا اور استعمال کرنا، لکھنا سیکھنے اور زبان دانی پر عبور حاصل کرنے کیلئے صلاحیتوں کا مرحلہ وار بیان بھی دیا گیا ہے۔

اس کتاب میں کیا موجود ہے

☆ صلاحیتوں / مہارتوں کی نشوونما کیلئے نصابی سرگرمیاں تفصیل سے دی گئی ہیں۔

نصابی سرگرمیوں کے بیان میں مندرجہ ذیل areas اور شامل کیے گئے ہیں۔

1۔ پڑھائی سیکھنے کیلئے درکار صلاحیتیں اور پڑھنا سیکھنا۔

2۔ ہندسوں کو سمجھنا اور اُن کو عملی طور پر استعمال کرنے کے لئے ضروری صلاحیتیں۔

3۔ لکھائی سیکھنے کیلئے درکار صلاحیتیں اور لکھنا سیکھنا۔

4۔ زبان دانی یعنی سنی اور پڑھی ہوئی بات کا معنی و مفہوم سمجھنا اور اپنی بات دوسروں تک پہچانا) زبان دانی کیلئے درکار صلاحیتیں اور اُن کو آگے بڑھانا۔

5۔ ذاتی دیکھ بھال میں شامل کام۔

6۔ عام معلومات۔

نوٹ: عمومی اور نفیس حرکات کی نشوونما ذاتی دیکھا بھال اور لکھنا سیکھنے کی صلاحیتوں میں شامل ہیں۔ ذہنی صلاحیتیں پڑھائی سیکھنے اور ہندسوں کو سمجھنے اور انکا استعمال سیکھنے میں شامل ہیں۔ اسلیئے ذہنی صلاحیتوں اور حرکات کی نشوونما کا مرحلہ وار بیان الگ سے نہیں دیا گیا ہے۔

صلاحیتوں کی نشوونما اور اُس کی بنیاد پر کارکردگی کا عمل مرحلہ وار اُسی ترتیب میں لکھا گیا ہے جس میں وہ کسی بھی بھرپور صلاحیتوں کے بچے میں آگے بڑھتا ہے۔ یہ ترتیب اور درجے، ذہنی پسماندہ بچے کیلئے بھی وہی ہونگے۔ فرق یہ ہوگا کہ سیکھنے کے عمل میں مشکلات سے دوچار ذہنی پسماندہ بچے کو ایک مرحلہ سے اس سے مشکل مرحلہ تک پہنچنے میں زیادہ وقت لگے گا۔ اور اس بچے کی صلاحیتوں کو آگے بڑھانے کے لئے مختلف طرح کی مشقوں کی ضرورت ہوگی، جس کے لئے ایک باقاعدہ پروگرام بنانا ہوگا۔ یہ پروگرام بناتے وقت بخوبی خیال رکھنا ہوگا کہ اُس میں بچے کو سکھائی جانے والی صلاحیتیں ایک خاص رفتار سے:

۔آسان سے مشکل

سادہ سے پیچیدہ

عمومی سے نفیس/باریک تفصیلات کی طرف

۔معلوم سے نامعلوم کی طرف

۔ مرئی (نظر آنے والی چیزیں یعنی Concrete) سے غیر مرئی (نہ نظر آ سکنے والی چیزیں یعنی Abstract/Concept) کی طرف بڑھا ھیں

ان مرحلوں میں صلاحیتوں کے آگے بڑھنے کا انحصار بچے کی مختلف areas میں اُس کی موجودہ ذہنی صلاحیتوں کی سطح اور مجموعی طور پر سیکھنے کے مرحلہ میں پیش آنے والی مشکلات پر ہوگا۔ لیکن اگر صحیح معنوں میں بچے کی کارکردگی کو آگے بڑھانا ہے تو صلاحیتیں اسی ترتیب سے مرحلہ وار آگے بڑھانی ہونگی، جیسے کسی بھی بچے کی لکھائی، پڑھائی یا حساب سیکھنے میں آگے بڑھتی ہیں۔ IEP بناتے وقت تعلیم و بحالی کے مقصد کو ذہن میں رکھتے ہوئے ترجیحات کا تعین کیا جانا چاہیے۔

مندرجہ ذیل مثالیں مرحلہ وار، ترتیب وار صلاحیتوں/مہارتوں کی بنیاد پر کارکردگی کے حصول کا تصور واضح کریں گی۔

سب سے پہلے دیکھی ہوئی چیزوں اور حرکات، سنی ہوئی آوازوں، چھو کر چیزوں کی ساخت اور قسم کے احساس میں، یکسانیت اور فرق کو نوٹ کرنے سے شروع ہوتا ہے۔ (Visual Percepation) دیکھی ہوئی چیزوں میں یکسانیت اور فرق کو نوٹ کرنے کی یہ صلاحیت بصری امتیاز (Visual Discrimination) کہلاتی ہے۔

بصری امتیاز کے دائرے میں جب یہی صلاحیتیں آگے بڑھتی ہیں تو بچہ روزانہ دیکھی ہوئی چیزوں کے موٹے موٹے یعنی عمومی خدوخال کو نوٹ کر کے یکسانیت اور فرق دیکھنے کی بنیاد پر چیزوں کو نام سے جاننے لگتا ہے۔

جب یہی صلاحیت عمومی سے نفیس کی طرف جاتی ہے تو وہ چیزوں کو تصویر میں بھی پہچاننے لگتا ہے۔

یہی صلاحیتیں نفیس اور سادہ سے مزید نفیس کی طرف بڑھتی ہیں تو بچہ لکیروں سے بنی ہوئی ایک جیسی شکلیں، سب سے پہلے گول، چوکور، تکون کو ایک ساتھ رکھنا یعنی Match کرنا سیکھتا ہے۔ Match کرتے ہوئے بار بار اس کا نام سنتا ہے تو Recoginition کی سطح پر آتا ہے۔ یعنی اگر کوئی ان تینوں میں سے ایک شکل کا نام لے تو وہ نام لی ہوئی شکل کو دکھائے گا۔ جب شکل اور اُس کا نام واضح طور پر دماغ میں بیٹھ جاتا ہے۔ پھر "اس کو کیا کہتے ہیں؟" یا "اس کا نام کیا ہے؟" کا جواب دیتا ہے یعنی شکل کا نام خود بتاتا ہے۔ جسے Naming کہتے ہیں

شاید آپ کو یہ جاننے میں دلچسپی ہو کہ سب بچوں کو پہلے یہی تین شکلیں (□ △ ○) میچ کرنا کیوں سکھایا جاتا ہے۔ اسلئے کہ ان میں فرق بہت واضح اور عمومی سطح پر ہے، نفیس اور باریک سطح پر نہیں ہے۔ آپ نے اُوپر پڑھا کہ سیکھنے کا عمل آگے اسی بنیاد پر بڑھتا ہے۔ یعنی عمومی سے نفیس/باریک تفصیلات کی طرف، سادہ سے پیچیدہ کی طرف، معلوم سے نامعلوم کی طرف

اس کے بعد یہ تین سمجھی اور سیکھی ہوئی شکلوں سے کم فرق رکھنے والی چھ شکلوں (◇ ⬭ ▭ □ △ ○) تک لایا جا سکتا ہے۔ پھر بچہ ہر طرح کے خدوخال اور لکیروں سے بنی (Symbols) خاکے (جیسے ملکوں کے جھنڈوں کے کارڈ) وغیرہ Match کرنے لگتا ہے یہی صلاحیتیں حروف کو نام سے پہچاننے تک لے جاتی ہیں۔

نوٹ: Symbols کے لئے Annex-C میں دی گئی ورک شیٹ نمبر 1 دیکھیں اور کتاب میں دی گئی تصویر نمبر 13 کے لئے دی گئی مشقیں استعمال کریں۔

مرحلہ وار/ ترتیب وار نشوونما کا نکتہ جسمانی نشوونما میں واضح طور پر نظر آتا ہے۔

جسمانی نشوونما کا آغاز آنکھ سے شروع ہوتا ہے اور سلسلہ وار چلتے ہوئے پیر کے کنٹرول تک جاتا ہے۔ جہاں بچہ کھڑا ہونا سیکھ جاتا ہے۔ کھڑے ہونے کے بعد وہ چلنا اور پھر دوڑنا اور کودنا سیکھ سکتا ہے، اس سے پہلے نہیں۔

سب سے پہلے 3-4 ہفتے میں آنکھوں میں اتنا کنٹرول آجاتا ہے کہ بچہ نظر جما کر چیزوں کو دیکھنے لگتا ہے۔ یہ کنٹرول ہونٹوں تک جاتا ہے تو بچہ بامعنی طور پر مسکرانے لگتا ہے۔ جب پٹھوں (Muscles) کا کنٹرول اور نیچے کی طرف جاتا ہے تو بچے کی گردن ٹھہرنے لگتی ہے جب یہ کنٹرول شانے اور ہاتھوں تک جاتا ہے تو اُس کو اوندھا لٹا دیا جائے تو شانے اُٹھاتا ہے۔ اس سے پہلے کہ وہ کسی چیز کو پکڑ کر کھڑا ہونا سیکھے وہ پہلے اپنے بل بوتے پر مستحکم طریقے سے بیٹھنا سیکھتا ہے۔ پھر گھٹنوں اور پنڈلی کا استعمال کر کے Crawl کرنے لگتا ہے۔ اوپر سے لے کر نیچے تک ان ساری استعداد پر پوری مہارت حاصل کئے بغیر ہم اُس کو چلنا نہیں سکھا سکتے۔ اور اگر کسی نیاس سے پہلے کہ بچے میں کھڑے ہونے کی صلاحیتیں آئیں، اُس کو چلانے کی کوشش کی تو اُس کی ہڈیاں مڑ جائیں گی۔

ور ہم بچے کو فائدہ پہچانے کے بجائے نقصان پہنچائیں گے۔

سیکھنے میں مشکل سے دوچار بچوں کو کچھ بھی سکھانے کی کوشش سے پہلے مندرجہ ذیل سوالوں کا جواب آپ کے ذہن میں واضح ہونا چاہیے۔

1۔ کیا بچے کے پاس وہ صلاحیتیں اور مہارتیں اُسی درجے اور خوبی کی ہیں جو اس کام کو سمجھنے اور سیکھنے میں درکار ہیں؟۔

2۔ آپ نے بچے کو جو کام دیا ہے اُس سے اُس میں کونسی صلاحیتیں کس طرح آگے بڑھانا آپ کا مقصد ہے؟۔ کیا صلاحیتوں کے بڑھنے کا یہ عمل ترتیب وار/ مرحلہ وار ہے۔؟

3۔ جو صلاحیتیں یا مہارت آپ اسے دے رہے ہیں وہ مستقبل میں بچے کو بحالی کی منزل کو حاصل کرنے میں کس طرح معاون ہونگی۔

بحالی کا مقصد اور منزل:

+ ممکنہ حد تک زندگی کے عام دھارے میں شامل ہونا۔ (دوسروں کے ساتھ ملنا جلنا اور زندگی کے عام کاموں میں شامل رہنا)۔

+ اپنی روزمرہ زندگی کی ذاتی ضروریات اور پھر آگے چل کر زندگی کے تقاضوں کو خود پورا کرنا۔ (مثلاً بس میں سفر کرنا۔ خریداری کرنا وغیرہ)

+ ہر ممکنہ طریقے سے بچے کی زبان دانی اور سوجھ، بوجھ کو آگے بڑھانا۔۔

+ ایک بامعنی اور بامقصد زندگی کیلئے کوئی مشغلہ یا ہنر سکھانا۔

سیکھنے کے عمل میں مشکلات سے دوچار بچوں کو آگے بڑھانے کے چند رہنما اصول

(1) اگر بچہ کسی ایک کام یا مشق کو صرف دہرا کر کرنا سیکھ لے مثلاً (مسلسل پینسل پھیر کر ہندسے لکھنا) تو بچے کی صلاحیتوں کو آگے بڑھنے میں مدد نہیں ملے گی۔ ان بچوں میں دیکھی ہوئی چیزوں/ شکلوں اور سنی ہوئی آوازوں/ الفاظ کی تفصیلات کو خود بہ خود ذہن میں اُتار کر، اُن کے آپس کے تعلق کو سمجھ کر، اپنے تجربات کو منظّم کر کے خود سیکھ کر اپنی صلاحیتوں کو آگے بڑھانے کی قوت بہت کم یا بالکل نہیں ہوتی۔ اسلئے ان بچوں کو صرف رٹا کے یا حروف اور ہندسوں پر پنسیل پھیر کر سکھانے کی کوشش میں بجائے فائدے کے بچے کو نقصان پہنچتا جاتا ہے۔ جو کچھ بھی بصری امتیاز اور ادراک (یعنی دیکھی ہوئی تفصیلات کو نوٹ کرنا)، سمجھنے اور سوچنے کی محدود صلاحیتیں بچے کے پاس ہیں بھی، وہ نہ استعمال ہوتی

ہیں اور اسی لئے نہ طاقت پکڑتی ہیں اور نہ آگے بڑھ پاتی ہیں۔ ذہنی صلاحیتوں کے آگے بڑھنے کا بنیادی اُصول یہ ہے کہ جو صلاحیت جتنی بار استعمال ہوگی اُس کی طاقت اُس پر صلاحیت کے استعمال پر مہارت، اُس صلاحیت کی خوبی اور کارکردگی آگے بڑھتی جائے گی۔ اس لئے بچے کو ایسے کام دینے چاہئے جس میں وہ صلاحیتیں استعمال ہو رہی ہیں جو ہم بچے میں آگے بڑھانا چاہتے ہیں۔ صلاحیتوں کی نشوونما کے بغیر سیکھنے کا عمل رک جاتا ہے۔ دوسرے یہ بچے کمزور صلاحیتوں کی وجہ سے، کوشش کرنے سے یوں بھی گھبراتے ہیں۔۔ یاد کروا کے اور نقل کر کے سکھانے کے طریقے سے اُن میں خود اپنا دماغ استعمال کئے بغیر آسان طریقوں سے کام کرنے کی عادت پختہ ہوتی جاتی ہے۔ مقصد یہ ہونا چاہیے کہ بچہ اس کام اور مشق میں استعمال ہونے والی صلاحیتوں پر اتنی مہارت حاصل کر لے کہ بذات خود تھوڑے ردّ و بدل کے ساتھ کہیں بھی استعمال کر سکے۔ جب تک صلاحیتوں کا معیار اس درجے تک نہیں پہنچے گا تو سیکھنے کا عمل آگے نہیں بڑھ سکے گا۔ خصوصًا محدود صلاحیتوں کے بچوں میں اس کا زیادہ امکان ہوتا ہے کہ سیکھنے کا عمل بار بار دُہرا کر سیکھنے کے کام تک ہی محدود ہو کہ رہ جائے۔

(2) بچے کی صلاحیتوں اور کارکردگی کو آگے بڑھانے کے لیے والدین اور گھر والوں کو (جس کے پاس وقت ہو) برابر سے شامل رکھیں۔ مہینے میں 2 یا 1 بار اُن کو بُلا کر جو کلاس میں بچے کو سکھانے کی کوشش کی جا رہی ہے وہ بتائیں کہ کیسے اُس کو گھر کے ماحول میں وہی چیز زیادہ بہتر طریقے سے زیادہ مثالوں سے اور زیادہ وضاحت کے ساتھ سکھائی جا سکتی ہے۔ مثلاً رنگ پہنچاننا، شکلیں پہچاننا، جگہ بتانے والے الفاظ (اوپر نیچے، بیچ میں وغیرہ وغیرہ) کم، زیادہ، آدھے، پورے کا تصور، چھوٹا، بڑا، لمبا، کم لمبا، وغیرہ کا صحیح معنی و مطلب سمجھنا اور ان کا ذہن میں صحیح تصور قائم کرنا۔ یہ سارے تصوّرات کا مطلب سمجھنا، کچن میں کام کرتے ہوئے، جب چار لوگ ساتھ کھانا کھا رہے ہوں، کپڑے پھیلاتے ہوئے، ٹی وی دیکھتے ہوئے سکھایا جا سکتا ہے۔ بچے کے الفاظ کا ذخیرہ (یعنی الفاظ کے معنی مطلب سمجھنا اور اُن کو صحیح استعمال کرنا)۔ بہت آسانی سے آگے بڑھایا جا سکتا ہے۔ چلتے پھرتے، ٹی وی دیکھتے ہوئے، کھیلتے ہوئے یا جب بچے کو باہر لے جائیں، نہلاتے وقت یا کپڑے پہناتے ہوئے بہت آسانی سے مختلف الفاظ کا مطلب سمجھنا سکھا جا سکتا ہے۔

ایک بات ضرور والدین کو بتائیں کہ وہ ہر ہفتہ دس سے پندرہ الفاظ کی فہرست بنا لیں جو گھر کا ہر فرد بچے کو دکھاتا اور بتاتا رہے۔

تصویروں میں بھی جسم کے حصّے اور جو بھی چیزیں اس میں موجود ہوں اُن کا نام اور استعمال بتاتے اور پوچھتے رہیں۔ کیونکہ اس بچے کو کچھ بھی سیکھنے کے لئے، سمجھنے اور اسکی تصویر دماغ میں اتارنے میں وقت لگتا ہے۔ صلاحیتیں محدود ہیں اسلئے ایک وقت میں بچہ تھوڑا سیکھ سکتا ہے۔ اسی لئے اس بچے کو سکھانے کے لئے ایک با قاعدہ پروگرام کے تحت چلنا ہوتا ہے۔

(3) اس سے پہلے کہ بچے کی صلاحیتوں اور کارکردگی کو آگے بڑھانے کیلئے پروگرام بنایا جائے، یہ بہت ضروری ہے کہ بچے کی صلاحیتوں اور کارکردگی کا موجودہ عملی درجہ یعنی بچہ۔۔۔۔۔۔ کیا سمجھتا ہے اور کر لیتا ہے؟ کس حد تک اور کتنی مہارت سے۔۔۔۔۔؟، کیا نہیں کر پاتا یا سکھانے کے باوجود نہیں کر رہا ہے تو کیوں؟ کس قسم کی مشکلات اُس کو پیش آ رہی ہیں؟ یعنی ذہنی صلاحیتوں کے کن پہلوؤں میں کمیاں، خامیاں اور کمزوریاں ہیں جو سیکھنے کے عمل میں رکاوٹ بن رہی ہیں۔ یا دلچسپی اور توجہ کے میعار میں کمی یا خامی سیکھنے کے عمل میں مشکلات پیدا کر رہی ہیں؟

(4) سیکھنے کے عمل کو جتنا زیادہ ممکن ہو کھیل کی طرح دلچسپ طریقے سے پیش کریں۔ کھیل میں یہ طاقت ہے کہ وہ بچے کی ساری دلچسپی، توجہ اور موجودہ ساری صلاحیتوں کو ساتھ کھینچ کر لے آتا ہے۔ اس لئے سیکھنے اور سکھانے کے طریقہ کار کو دلچسپ بنانے کیلئے ضرورت ہو تو خود ڈرامائی انداز اختیار کریں۔ ہمیشہ بچے کو ہدایات دیتے ہوئے یا اُس کی توجہ سیکھنے پر مرکوز کرنے کیلئے اپنی آواز کو واضح رکھیں اُس میں جوش ولولہ اور خوشیوں کی لہریں موجود ہوں۔ الفاظ آسان اور جملے چھوٹے استعمال کریں۔ اپنی بولنے کی رفتار کو آہستہ رکھیں یعنی تھوڑا رُک رُک کر بولیں۔ خاص لفظ پر ضرور دیں آواز کے اُتار چڑھاؤ سے بھی جملے کے مطلب کو سمجھنے میں بچے کو مدد ملتی ہے۔

(5) اگر بچہ پنسل کو نوک کے قریب انگوٹھے اور ساری انگلیوں سے کَس کر پکڑتا ہے تو اس کا مطلب یہ ہے کہ ابھی اُس کا Finger Coordination اس سطح پر نہیں ہے جہاں وہ حروف اور ہندسے جیسے باریک خطوط (Strokes) پنسل سے بنا سکے۔ اگر پھر بھی اُسے پینسل سے حروف اور ہندسے لکھوائیں جائیں تو وہ اپنا پورا ہاتھ اور انگلیاں سخت کر لیتا ہے۔ جس سے اُس کے انگلیوں سے لے کر بازو تک کے استعمال میں روانی اور مہارت آنے کے بجائے سختی اور رکاوٹ پیدا ہو جاتی ہے۔

دوسرے پنسل ساری انگلیوں سے پکڑنے میں انگوٹھے کا پیچ کا موڑ اس طرح آنکھ کے سامنے آجائے گا کہ پنسل چلاتے ہوئے بچے کو پوری شکل نظر نہیں آئے گی اور وہ صرف نقطہ بہ نقطہ (dot to dot) آپ کی بنائی ہوئی شکل پر آگے چلے گی۔ اگر آپ غور کریں تو واضح طور پر نظر آئے گا کہ حروف اور ہندسے کئی طرح کے خطوط (strokes) کو ملا کر بنتے ہیں مثلاً 2 لکھنے میں پہلے آدھا گول (پھر نیچے جاتی ہوئی ترچھی لکیر اور پھر اس سے جڑی ہوئی لیٹی ہوئی لکیر بنے گی۔

ہمیشہ صلاحیتوں اور مہارتوں کے آگے بڑھتے ہوئے استعمال کو focus میں رکھیں۔

ہماری خواہش اور اُمید ہے کہ اندر کے صفحات آپ کو اس بات کیلئے بھرپور طریقے سے تیار کر دیں گے کہ آپ زندگی کی دوڑ میں پیچھے رہ جانے والے بچوں کو ایک منزل تک پہنچا سکیں، جہاں وہ چاہے پڑھنا نہ سیکھ سکیں لیکن ایک خودمختار کارآمد اور بامقصد زندگی گزارنے کے قابل ہو جائیں امید ہے کہ اس منزل تک زیادہ سے زیادہ بچوں کو پہنچانے کیلئے آپ اس کا ذریعے بنیں گے۔ بچے کی صلاحیتوں کے والدین کی رہنمائی اور اُن کی سمجھ اور کوششوں کو سمت دینا اور طریقے بتانا بھی آپ کی ہی ذمہ داری ہے۔

میری اور جن لوگوں نے اس کتاب کو آپ تک پہنچانے میں معاونت کی ہے اُن کی نیک تمنائیں آپ کے ساتھ ہمیشہ رہیں گیں۔ اللہ آپکی زندگی میں سہولتیں اور آسانیاں پیدا کرے اور آپ کو ان بچوں کی زندگی میں سہولتیں اور آسانیاں پیدا کرنے کا ذریعہ بننے کی سعادت نصیب کرے۔ آمین

منور فاطمہ پروجیکٹ ڈائریکٹر
(Child Psychologist / Special Education Expert)

ثمینہ الماس ممبر پروجیکٹ ٹیم
(THE Edu.Fountation , Program Coordinator SPEED)

ثمرین اسلم ممبر پروجیکٹ ٹیم
(Psychologist, The Education. Foundation)

سیکھنے کے عمل کو موثّر بنانے کے رہنما اصول

سیکھنے کا عمل اسی وقت موثر طریقے پر آگے چل سکتا ہے جب سیکھنے والے کا اس عمل میں شوق اور دلچسپی قائم رہے اور وہ جو کام کر رہا ہے اس میں پوری توجہ کے ساتھ بھرپور کوشش کرے۔

جب بچے کو نصابی سرگرمیوں میں تجویز شدہ مشقیں یا کھیل دئے جائیں تو مندرجہ ذیل نکات ضرور ذہن میں رکھیں۔

☆ مشق کی نوعیت اور اس کے لئے درکار صلاحیتیں بچے کی موجودہ صلاحیتوں اور کارکردگی کے مطابق ہونی چاہیے۔ مشق یا کام نہ اتنا آسان ہو کہ بچے اُس کو بہت آسانی سے، بغیر کسی خاص کوشش کے کرلیں اور نہ اتنا مشکل ہو جو اُس کی موجودہ صلاحیتوں کی سطح سے بہت آگے ہو۔ جہاں تک ابھی اُس کے ہاتھ نہیں پہنچ سکتے۔ سیکھنے کا عمل اور صلاحیتوں کی نشوونما ہمیشہ ایک دوسرے کا ہاتھ پکڑ کر ساتھ چلتی ہیں۔ یعنی بامعنی طریقے پر سیکھی ہوئی چیز صلاحیتوں کو ایک قدم آگے بڑھاتی ہے۔ اور پھر ہر آگے بڑھی ہوئی صلاحیت تھوڑی اور مشکل چیز کو سیکھنے میں مدد دیتی ہے۔

ہاتھ اور انگلیوں کا استعمال بچہ پہلے عمومی انداز اور طریقہ سے کرتا ہے اور پھر رفتہ رفتہ مختلف مرحلوں سے گزرتا ہوا انگلیوں اور آنکھوں کا ساتھ ساتھ مہارت کے ساتھ استعمال اسے لکھنے اور انگلیوں سے دوسرے کاموں کو نفاست کے ساتھ کرنے کے قابل بنا دیتا ہے۔ بچہ کس رفتار اور خوبی سے ان مراحل سے گزرے گا، اسکا انحصار اسکی امکانی صلاحیتوں کی مقدار اور میزان پر اور اسکے کام کرنے کے طور طریقوں (دلچسپی کا معیار، توجہ کی نوعیت، مشکل یا ناکامی کے باوجود کوشش کئے جانے کے عمل وغیرہ) پر اور صلاحیتوں کے استعمال کے مواقع پر ہوگا۔

☆ نصابی سرگرمیوں میں دی گئی مشقیں سبق کی طرح نہیں دی جائیں گی۔ انہیں ہمیشہ لُطف اندوز کھیل کی طرح سے پیش کریں، تا کہ بچہ پورے شوق، توجہ اور انہماک کے ساتھ شامل عمل ہو۔ مشقیں پیش کرنے سے لیکر انکے اختتام تک اس بات پر خصوصی توجہ دیں کہ بچہ مزہ لیکر کام کرے۔ یہ جب ہی ممکن ہوگا جب آپ خود مزہ لیکر کام کر کے دکھائیں یا اسکے بارے میں بتائیں۔ بچے کی پوری توجہ اور اس کے شوق کو بھرپور طریقہ پر بروئے کار لانے کے لئے جہاں ضرورت ہو وہاں بچے سے ڈرامائی انداز میں بات کریں۔

☆ سکھائی جانے والی مہارتوں یا تصورات کے اندر بچے کے لئے ہمیشہ کوئی نئی چیز ضرور ہونی چاہیے، لیکن اسکی سطح اور معیار بچے کی موجودہ معلومات اور صلاحیتوں کی موجودہ سطح سے جڑا ہوا ہو۔ نہ اتنا آسان ہو کہ وہ بغیر کسی کوشش کے کرلے اور نہ اسکی موجودہ استعداد سے اتنا اُوپر ہو کہ وہ دلچسپی لینا اور کوشش کرنا ہی چھوڑ دے۔ معلوم سے نامعلوم اور سادہ سے پیچیدہ کی طرف بڑھنے کے اس عمل کی رفتار کا انحصار بچے کی ذہنی صلاحیتوں، سیکھنے کے عمل کی خوبیوں اور انکی کارکردگی پر ہوگا۔

☆ اس سے پہلے کہ بچے سے کسی مشق یا کام کرنے کا مطالبہ کیا جائے، یہ یقینی بنانا ضروری ہے کہ وہ اس کے طریقہ کار کو اور دی گئی ہدایات کو بخوبی سمجھ گیا ہے۔ کام کو یا کھیل کو اگر بچے کے ساتھ کام کرنے والا خود کر کے یا کھیل کے دکھائے، ساتھ ہی زبانی طور پر بتاتا رہے کہ کیا کیا جا رہا ہے، کیسے کیا جا رہا ہے تو بچہ کام کے طریقۂ کار کے خاص اجزا کو بہتر طریقہ پر سمجھ سکے گا۔

☆ کبھی کبھی بچے کو کچھ چیزیں دیکر اسے اپنے انداز میں کھیلنے اور ان سے کوئی اور چیزیں بنانے دیں۔ کوئی بڑا بھائی، بہن یا سکھانے والا فرد بچے سے سوالات کرسکتا ہیں کہ وہ کیا کر رہا ہے کیا بنانے کی کوشش کر رہا ہے؟ وغیرہ۔

☆ اگر بچہ کسی ایک کام یا مشق کو صرف بار بار دہرا کے کرنا سیکھ لے (مثلاً مسلسل مشق سے گول دائرہ بنا لینا) تو اس سے اسکی صلاحیتوں کو آگے بڑھنے کی قوت نہیں ملے گی۔ مشقوں کی فہرست میں تجویز کردہ کھیل / کام کا مقصد دراصل بچے میں مختلف صلاحیتوں / مہارتوں کی خوبی اور عمدگی کو بتدریج آگے بڑھانا ہے، یعنی ان کو سادہ سے پیچیدہ اور آسان سے مشکل کی طرف لے جانا ہے۔ مقصد یہ نہیں ہے کہ بچہ صرف تجویز کردہ کام / مشق کرنے لگے بلکہ مقصد یہ ہے کہ اس کام اور مشق میں استعمال ہونے والی صلاحیتوں پر اس درجہ کی مہارت حاصل کر لے کہ انہیں جب اور جہاں ضرورت ہو تھوڑے سے ردّ و بدل کے ساتھ بھی استعمال کر سکے۔ جب تک صلاحیتوں کا معیار اس درجہ تک نہیں پہنچے گا سیکھنے کا عمل صحیح طریقہ سے آگے نہیں بڑھ سکے گا۔

☆ سیکھنے اور کوشش کرنے کے عمل میں کامیابی کے تجربات، شوق اور دلچسپی قائم رکھنے کے لئے ضروری ہیں۔ کسی کوشش میں مسلسل یا زیادہ تر ناکامی بچے کو اس کام سے بدل کر دیتی ہے اور پھر بچہ دلچسپی لینا توجہ دینا اور کوشش کرنا بھی چھوڑ سکتا ہے۔ اسلئے اس پر نظر رکھیں کہ بچے کو اپنی کوششوں میں خاطر خواہ کامیابی کے تجربات ملتے رہیں۔

☆ جب بچہ دئے ہوئے کام کو کر رہا ہے تو تھوڑی تھوڑی دیر بعد بغور مشاہدہ کریں کہ کیا وہ سمجھ کر مہارت کے ساتھ کر رہا ہے؟ اور اگر اُسے مشکل پیش آ رہی ہے تو مشکل کی نوعیت کیا ہے؟ ٹیچر کا مشاہدہ یعنی گہرے انداز میں تفصیلات کو نوٹ کرنا، صلاحیتوں اور بچے کے طور طریقوں اور رویوں کی تجزیے (assessment) کا ایک باقاعدہ طریقہ کار مانا جاتا ہے۔

☆ اس سے پہلے کہ بچہ کسی کام کو کرنے سے انکار کرنے لگے آپ تھوڑی دیر کے لئے کام خود بدل دیں، یا بچے کو دس منٹ کے لئے کچھ کھیلنے کو دے دیں۔ سیکھنے کے عمل میں بچے کی دلچسپی کو قائم رکھنا بہت ضروری ہے۔

ذہنی پسماندگی

ذہنی پسماندگی کیا ہے؟

ذہنی پسماندگی ایسی مستقل کیفیت کا نام ہے جس میں کسی بھی وجہ سے ذہانت کے مختلف پہلوؤں کی سطح اور خوبی نامکمل رہ جاتی ہے، اور اس لئے عام بچوں سے کم ہوتی ہے یا انکی نشوونما اور کارکردگی کا درجہ ایک سطح پر جا کر رُک جاتا ہے۔ سیکھنے کی کمزور اور محدود صلاحیتوں کے باعث سیکھنے کی رفتار سست اور سیکھنا ممکن بنانے کیلئے ایسے بچے کو مختلف طرح کی مشقوں کی ضرورت ہوتی ہے۔ بچہ عام طریقوں اور عام رفتار پر نہیں سیکھ پاتا۔

اس طرح ذہنی پسماندہ بچہ صلاحیت اور مہارت کی نشوونما کے لحاظ سے ہمیشہ اپنی عمر سے پیچھے رہتا ہے بچے کی سالوں کے لحاظ سے عمر اور حاصل کی ہوئی کارکردگی کے درجے کا فرق بڑھتا جاتا ہے اور زیادہ تر کام سیکھنے کے لئے خصوصی مدد کی ضرورت ہوتی ہے۔ اکثر اس کے طور طریقے بھی عمر اور ماحول کے مطابق نہیں ہوتے۔

ذہنی پسماندگی اور ذہنی بیماری میں فرق

ذہنی مریض اوسط یا اوسط سے زیادہ ذہانت کا حامل ہوتا ہے زندگی میں آنے والے جذباتی مسائل اور مسلسل الجھاؤ کی بنا پر عقل، سوچ اور سمجھ رویوں اور طور طریقوں میں الٹ پلٹ ہو جاتی ہے۔ چند لفظوں میں ذہنی پسماندگی صلاحیتوں، عقل اور سمجھ کی کمی کا نام ہے، جبکہ ذہنی بیماری کی وجہ عقل، سوچ اور طور طریقوں میں الٹ پلٹ اور ابتری کا پیدا ہونا ہے۔ یا یوں کہیں کہ طور طریقوں یا رویّوں کا پٹری سے اتر جانا ہے۔

ذہنی پسماندگی کی درجہ بندی

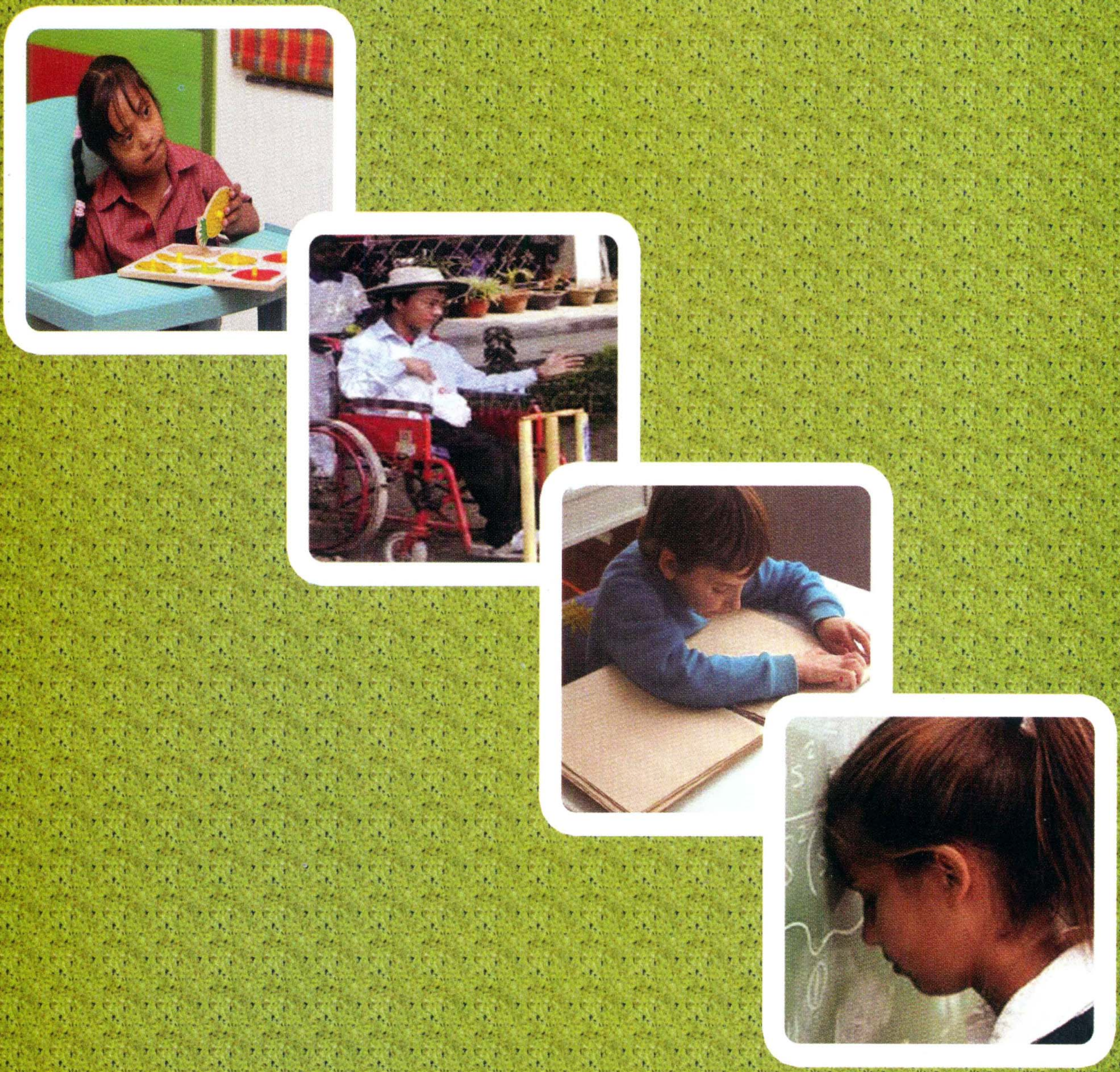
1۔ معمولی درجے کی ذہنی پسماندگی:

ابتدائی عمر میں بچے کی صلاحیتیں اور کارکردگی اس کی اصل عمر کی تین چوتھائی یا آدھی کے برابر ہوتی ہیں۔ مثلاً اصل عمر ۶ سال موجود صلاحیتیں ساڑھے چار سال یا تین سال لیکن بڑھتی ہوئی عمر کے ساتھ اعلیٰ ذہنی صلاحیتوں کی نشوونما رُک جاتی ہے اسلئے ذہانت میں شامل صلاحیتیں 7-8 سال کی سطح پر رک جاتی ہیں۔ لیکن ایک 20- 15 سال کا ذہنی پسماندہ فرد محسوسات، معاشرتی میل جول، جذباتی طور پر اور شخصیت کی نشوونما وغیرہ کے اعتبار سے 8-7 سال کے بچے کی طرح نہیں ہوگا۔ اگر اس کو زندگی کے عام دھارے میں شامل کر کے ان پہلوؤں کو اُجاگر کرنے پر توجہ دی جائے تو وہ ان پہلوؤں میں 15 سال کے درجے پر بھی ہو سکتا ہے۔

2۔ درمیانے درجے کی ذہنی پسماندگی:

عمر کے ابتدائی سالوں میں نشوونما اصل عمر کی آدھی یا ایک تہائی عمر کے برابر ہوتی ہے مثلاً 8 سال کی عمر پر سیکھنے اور سمجھنے کی صلاحیتیں 4 یا 3 سال کی سطح پر ہوں گی۔ اس صورت میں بھی اگر خصوصی طریقوں سے صلاحیتوں کو آگے بڑھنے کے مواقع نہ دیئے جائیں تو بڑھتی ہوئی عمر کے ساتھ یہ بچے اپنے سارے کام (کپڑے۔ پہننا، نہانا وغیرہ) شاید نہ سیکھ سکیں۔ اگر ایک باقاعدہ پروگرام کے تحت صلاحیتوں کو آگے بڑھایا جائے تو یہ بچے روزمرہ کے سارے کام کرنا، عام بات چیت/ہدایات کو سمجھنا، نمبر پہچاننا وغیرہ سیکھ سکتے ہیں۔

معذوریوں کا مختصر جائزہ



3۔ شدید ذہنی پسماندگی:

عمر کے ابتدائی سالوں میں سیکھنے کی صلاحیتیں ایک چوتھائی کے برابر ہوں گی۔ یعنی ٦ سال کی عمر پر صلاحیت ایک یا ڈیڑھ سال کے بچہ کی نظر آئے گی اس بچے کی جسمانی نشو ونما بڑھے گی لیکن کارکردگی، عقل اور سمجھ کے اعتبار سے اس کی صلاحیتوں کی نشو ونما عمر کے ساتھ آگے نہیں بڑھے گی

خصوصی پروگرام کے تحت بڑے ہونے تک کپڑے پہننا، toilet کا استعمال، منہ ہاتھ دھونا وغیرہ سیکھ سکتا ہے۔

اسکول جانے والے بچے میں ذہنی پسماندگی کی تشخیص

یہ زیادہ تر معمولی اور درمیانے درجہ کی ذہنی پسماندگی کے زمرہ میں آتے ہیں۔ جو بہت مشکل سے سیکھتے ہیں۔ ٹیچر سے تعاون نہیں کرتے اپنے ساتھی بچوں کی رفتار پر نہیں سیکھ پاتے اور کئی بار ایک ہی جماعت میں فیل ہوتے رہتے ہیں۔ ایسے بچوں کے والدین اور اساتذہ انہیں نا لائق اور نکما سمجھتے ہیں یا کہتے ہیں کہ دل نہیں لگاتا، اور دلچسپی نہیں لیتا اسلئے نہیں سیکھتا۔ ان بچوں میں زیادہ تر میں کسی نہ کسی درجہ کی ذہنی پسماندگی ہوتی ہے۔ یا ان میں وہ صلاحیتیں جو خاص طور پر پڑھنا اور لکھنا سیکھنے میں درکار ہوتی ہیں اپنی عمر سے خاصی پیچھے ہوتی ہیں۔

عام طور پر ذہانت سے مراد عام باتوں کی سمجھ، زبان دانی پر مہارت اور اچھی یادداشت کو سمجھا جاتا ہے۔ مگر یہ صلاحیتیں پڑھائی سیکھنے میں ثانوی حیثیت رکھتی ہیں۔ پڑھائی سیکھنے میں خصوصی طور پر مندرجہ ذیل صلاحیتیں درکار ہوں گی۔

1۔ دیکھی ہوئی شکلوں کی تفصیلات کو باریکی کے ساتھ نوٹ کر کے ذہن میں محفوظ رکھنا۔

2۔ شکلوں اور لکیروں کے موڑ توڑ اور سمت بندی کی صحیح تصویر ذہن میں اترنا۔

3۔ حروف کی آوازوں کا ادراک یعنی Sound Perception حرف کی شکل کو اسکی آواز کے ساتھ پہچاننا۔

4۔ دیکھی ہوئی شکل اور متعلقہ آواز کو ملا کے یاد رکھنے کی صلاحیت۔

5۔ لفظ پڑھنے یا لکھنے کے لئے، لکھے ہوئے یا سُنے ہوئے الفاظ میں حروف کی ترتیب کو نوٹ کرنا۔

6۔ لفظوں میں استعمال ہونے والی ساری آوازوں کو ترتیب وار ملا کر بامعنی طریقے سے ادا کرنا۔

اگر ان میں کوئی بھی صلاحیت 4 یا 5 سال کی عمر سے پیچھے ہے تو بچے کو پڑھنا سیکھنے میں مشکل یا ناکامی کا سامنا ہو سکتا ہے۔ اسی طرح حساب کو سیکھنے کیلئے چند اور دوسری صلاحیتیں درکار ہوتی ہیں اور ان صلاحیتوں کے کمزور ہونے یا کم ہونے سے بچہ کو ناکامی کا سامنا ہوتا ہے۔ بچے کا نہ سیکھ پانا، بار بار ناکامی کی وجہ اس کے شوق، دلچسپی اور توجہ کا نہ ہونا سمجھا جاتا ہے۔ کسی بھی بچے کے لئے مسلسل ناکامی اور اس پر بڑوں کی طرف سے محرومی کا ردِعمل تکلیف دہ چیز ہے۔ ہر بچے یا فرد کو اچھی کارکردگی اور کامیابی کی خواہش ہوتی ہے۔ جب بچے کو مسلسل چار چھ بار اسکی کوشش پر مسلسل ناکامی کا سامنا ہوتا ہے تو ہر بار ایک احساس محرومی "میں نہیں کرسکا" کا تجربہ ہوتا ہے۔ جو بچے کو "میں نہیں کرسکتا" یا "یہ میرے بس میں نہیں ہے" کا احساس دلاتا ہے اور اسکا لازمی نتیجہ پھر یہ نکل آتا ہے کہ کوشش کرنے کا کوئی فائدہ نہیں

ذہنی پسماندگی کی تشخیص کے بعد بچوں کے ساتھ کیا کیا جائے؟

- اگر بچے کو سیکھنے کے عمل میں مسلسل دشواری یا ناکامی کا سامنا ہے تو کسی ماہر نفسیات اور خصوصی تعلیم کے ماہر سے مکمل معائنہ اور ٹیسٹ

کروائیں۔ تاکہ بچے کو صحیح وقت پر صحیح رہنمائی اور تربیت مل سکے۔

- ذہنی پسماندہ بچے کو بھی دوسرے بچوں کی طرح قبول کیا جائے۔ اس کو بھی ہر جگہ ساتھ لیکر جائیں تاکہ اس کو بھی اپنی اہمیت کا احساس ہو۔ عام بچوں کے ساتھ اسے کھیل کود میں بھی شامل رکھیں۔ تاکہ وہ کم سے کم، لوگوں کے ساتھ ملنا جلنا، صورت حال کے مطابق رویہ اختیار کرنا اور بات چیت سمجھنا سیکھ سکے۔
- بچے کو ضرورت سے زیادہ تحفظ نہ دیں۔ بچے کی صلاحیتوں کے مطابق اس سے اس کے روزمرہ کے کام کروائیں۔ چاہے وہ زیادہ وقت ہی کیوں نہ لے۔

کم از کم وہ کسی کا محتاج تو نہیں رہے گا۔ کوشش کریں کہ روزمرہ کے کاموں میں نہانے، کپڑے اور جوتے پہننے، بیت الخلا خود استعمال کرنے (اپنے کو صاف کرنے تک) ہر ممکن حد تک سیکھ سکے۔

- اللہ تعالیٰ نے ہر انسان میں کچھ صلاحیتیں اور کمزوریاں رکھی ہیں۔ اسی طرح سے ان بچوں میں بھی کچھ صلاحیتیں ضرور ہوتی ہیں ہمارا کام یہ ہے کہ ہم ان کی کمزوریوں کو نظرانداز کرتے ہوئے، مختلف اور متواتر مشقوں کے ذریعے ان صلاحیتوں کو آگے بڑھائیں جو بچے کے اندر تھوڑی بہت موجود ہیں۔
- بچے پر ہر وقت روک ٹوک نہ کریں کیونکہ ہر وقت کی روک ٹوک اس کو ضدی بنا دے گی۔ کوئی بات منع کرتے ہوئے یا سمجھاتے ہوئے آواز اور لہجہ پُرسکون رکھیں اور الفاظ کو واضح طور پر ادا کریں۔
- اگر بچہ تھوڑی سی انفرادی توجہ سے آگے بڑھ سکتا ہے تو اس کا منصوبہ اس کی ضرورت کے مطابق تیار کریں اور اس کے مطابق اس کو آگے بڑھائیں۔ زیادہ توجہ اور زور صلاحیتوں کی نشوونما پر دیں۔ جب تک اسکے لئے درکار صلاحیتیں نہ پیدا ہو جائیں، صرف رٹا کر یا پنسل پھروا کے اسے حروف، ہندسے وغیرہ نہ سکھائیں۔
- ایسے بچوں کے اساتذہ اور والدین کو مہینے میں ایک بار ضرور ملنا چاہیے تاکہ اسکول اور گھر میں اس کو ایک ہی چیز سکھائی جائے۔ والدین اور اساتذہ کو ایک دوسرے سے رہنمائی بھی ملے گی کہ کن طریقوں سے بچہ بہتر سیکھ رہا ہے۔ دونوں اسی طرح سکھائیں۔

بچے کو کیا سکھایا جائے؟

ذہنی پسماندہ بچے کو ہر کام باقاعدہ سکھانے کی ضرورت ہوتی ہے۔ عام بچہ بہت سے کام اور باتیں خود بخود دیکھ کر سن کر اپنی صلاحیتوں کے مطابق سیکھتا جاتا ہے۔ ذہنی پسماندہ بچے کی تربیت ترجیحی بنیادوں پر کی جانی چاہیئے۔ جو مندرجہ ذیل ہیں۔

1۔ آزادانہ حرکات یعنی اپنے جسم کے مختلف حصوں کا ضرورت کے مطابق مہارت کے ساتھ استعمال۔

اس صلاحیت کو Gross Motor Coordination کے نام سے جانا جاتا ہے۔

2۔ اپنے ہاتھوں اور انگلیوں کا آنکھوں کے ساتھ ساتھ مہارت سے استعمال۔ اس صلاحیت کو Fine Motor Coordination یا Eye - Finger Coordination کہتے ہیں۔

3۔ اپنی روزمرہ ضروریات کو خود پورا کرنا مثلاً رفع حاجت، کھانا پینا، کپڑے پہننا اور اتارنا وغیرہ۔

4۔ دوسروں کی کہی ہوئی باتوں اور ہدایات کو سمجھنا اور اس کے مطابق کام کرنا۔

5۔ اپنی بات کو سمجھانے کے لئے زبان کا استعمال کرنا۔ اور اس کے لئے ضروری ہے کہ ہر طرح کے الفاظ کا ذخیرہ کم سے کم سمجھنے کی حد تک بڑھاتے رہیں۔ اور ہر طرح کے جملے (مخصوص صیغوں کے) اس کے ساتھ بولیں اور بچے کو بھی جملے بولنے پر راغب کریں۔

6۔ دو چیزوں کے درمیان یکسانیت اور فرق کو دیکھنا اور سمجھنا سکھانے کے لئے ایک جیسی تصویروں، رنگوں اور اشکال کی میچنگ (یعنی ایک جیسی ساتھ رکھو) یا فرق تصویر دکھانا۔

- چیزوں کا سائز، لمبائی۔ چوڑائی بتانا۔ یہ پینسل لمبی ہے۔ اسکیل چوڑا ہے۔ (کم اور زیادہ لمبا۔ چوڑا۔ اونچا وغیرہ)
- وہ چیزیں جو ایک ساتھ استعمال ہوتی ہیں، ساتھ رکھنا یعنی چیزوں کا آپس میں تعلق سمجھنا۔ مثلاً چابی، تالا۔ گلاس، جگ۔ صابن، صابن دانی۔ کرسی، میز وغیرہ کی تصویریں اگر ملا کر دی جائیں تو دو ایک ساتھ استعمال ہونے والی چیزوں کو ساتھ رکھنا۔ اس سے آگے چیزوں کی اقسام کا تصور دینے کے لیے پھل، جانور، برتن اور ٹوائیلٹ وغیرہ میں۔ ان کی تصاویر بچے کو دیں۔ اب ان ہی کے ذریعے بچے سے پوچھ سکتے ہیں کہ کون سی چیز کھانے کی ہے، کونسی کچن میں استعمال کی جاتی ہیں۔ اور کون سی چیزیں ٹوائکیٹ میں استعمال کی جاتی ہیں۔
- شکلوں اور رنگوں میں یکسانیت اور فرق دیکھنا اور سمجھنا (گول۔ تکون۔ چوکور۔ بیضوی وغیرہ) اور ان کا نام بتانا۔
- لوگوں کے ساتھ میل جول اور معاشرتی ماحول کے ساتھ مطابقت اور آداب۔ اس دائرے میں بچہ زیادہ تر صلاحیتیں کھیل کے دوران سیکھتا ہے۔ اس لئے ہر ممکنہ حد تک بچے کو دوسرے بچوں کے ساتھ کھیل کود میں شامل رکھیں۔
- لکھنا پڑھنا اور حساب کتاب جو عملی زندگی میں کام آئے۔ بچہ کسی کام کو جلد نہیں سیکھے گا۔ ضرورت کے مطابق اس کو ان صلاحیتوں کے استعمال کی مشق کروائیں جسکی اس میں کمی ہے۔
- کام مکمل کرنے پر بچے کو کوئی انعام دیں یا اس کو شاباش دیں۔

جسمانی معذوری

جسم کے رگ، پٹھوں اور جوڑوں کے ضرورت کے مطابق مہارت کے ساتھ استعمال میں جب کوئی خامی یا مشکل ہو یا وہ بالکل کام نہ کریں تو اسے جسمانی معذوری کہتے ہیں۔

جسمانی معذوری کی عام اقسام

1۔ پٹھوں اور ہڈیوں کی خامیاں اور مسائل

2۔ اعصابی نظام کے مسائل

3۔ بعض بیماریوں کی وجہ سے یا حادثے کی وجہ سے جسمانی معذوری

4۔ کسی عضو کی کمی خواہ پیدائشی ہو یا بعد میں کسی بیماری کے باعث کاٹنا پڑے یا کسی حادثہ سے کٹ جائے۔

5۔ پیدائشی طور پر کسی عضو کا نامکمل رہ جانا یا اس کی ساخت صحیح نہ ہونا مثلاً پاؤں کا پنجہ ایڑی کی طرف مڑا ہوا ہو یا تالو بہت اونچا اور ہونٹ کٹا ہوا ہو وغیرہ۔

6۔ پولیو کی وجہ سے ٹانگوں میں نقص۔

7۔ دماغی فالج یعنی Cerebral Palsy (CP) کی وجہ سے جسم کے مختلف حصوں، جوڑوں اور پٹھوں میں اکڑاؤ یا ڈھیلا پن۔ یہ معمولی سے شدید قسم کا ہو سکتا ہے۔۔۔۔۔۔۔۔ معمولی قسم میں اسکی شناخت اکثر نہیں ہو پاتی جب تک مشکلات بہت نہ بڑھ جائیں۔

8۔ ریڑھ کی ہڈی کا کُب۔

حفاظتی تدابیر، تجاویز اور بحالی

1۔ بچے کی تربیت اس طرح کرنا کہ وہ کسی طرح احساس کمتری کا شکار نہ ہو اور ایک کامیاب زندگی گزار سکے۔

2۔ اگر معذوری درمیانہ یا شدید درجہ کی ہو تو اسے خصوصی تعلیم کے اسکول میں داخل کروایا جائے اور فزیوتھراپسٹ سے رجوع کریں۔

3۔ اگر کوئی حادثہ پیش آئے تو ہڈی کے ماہر یا ضرورت کے مطابق نیوروفزیشن سے رجوع کریں اور خصوصی تعلیم کے ماہر سے مشورہ لیں

4۔ بچے کو مصنوعی اعضاء یا Supportive aids مثلاً وہیل چیئر، خاص قسم کے جوتے، بیساکھی، یا جیکٹ لے کر دی جائے۔

5۔ سب سے پہلے بچوں کے کسی ماہر ڈاکٹر، ماہر اعصاب (Neuro-physicion) اور فزیوتھراپسٹ سے مشورہ کریں۔ فزیوتھراپسٹ والدین کو ایسی مشقیں کروانا بتائے/سکھائے جو وہ گھر پر کروا سکتے ہیں۔

6۔ بچے کو خود مختار بنانے کے لئے ضروری ہے کہ اسے چلنے پھرنے کے مددگار سہارے مثلاً بیساکھی، بریس وغیرہ مہیا کئے جائیں۔ اگر یہ سہولت نہ ہو تو اس کی ضرورت کے مطابق دیوار کے ساتھ رسی باندھ کر یا چارپائی کا سہارا لیکر چلنے کی مشق کروائی جائے۔

7۔ کھیل کھیل میں بچے کی تربیت کا بندوبست ہونا چاہیئے تاکہ اس کی محتاجی کم سے کم ہو اور اس کی ذہنی صلاحیتیں، زبان دانی اور بول

چال کی صلاحیتیں نشو ونما پاتی رہیں۔

8۔ عام گھریلو کام میں اگر ماں اسے اپنے ساتھ مصروف رکھے تو اس کی حرکات کی کارکردگی میں اضافہ ہوتا رہے گا۔ جسم کا اکڑاؤ کم ہوگا اور وہ خود انحصاری کی طرف بڑھے گا۔

9۔ اچھی دیکھ بھال، درست علاج اور جسمانی ورزش بحالی کے لئے کارآمد ہوتی ہیں۔

10۔ بچے کو اپنے کام کرنا سکھائیں۔ اگر ضرورت ہو تو شروع میں اپنے ہاتھ کی پوری مدد دیں لیکن آپ کے ہاتھ کے نیچے اس کے ہاتھ کو بھی استعمال ہونا چاہیئے۔ اس سے بچے کے اعضاء اور جوڑوں کی حرکت اور کنٹرول نشو ونما پائے گی۔

11۔ ایسے بچوں کو نارمل عام اسکول بھیجا جاسکتا ہے۔ اگر ممکن ہو سکے تو گھر پر تعلیم کو عمومی انداز میں یقینی بنائیں۔

دماغی فالج (سی پی) Cerebral Palsy

دماغی فالج دماغ کے ان حصوں کو نقصان پہنچنے سے ہوتا ہے جو بچے کے جسم کے پٹھوں اور اعضاء کو فعال اور نارمل کارکردگی کے قابل بناتے ہیں۔ یہ عموماً پیدائش کے دوران مختلف وجوہات سے ہوسکتا ہے مثلاً

دماغی فالج والے بچوں کی پہچان

☆ پٹھوں میں کھچاؤ یا اکڑ پیدا ہوسکتا ہے یا وہ ڈھیلے پڑ کر بے جان سے ہوسکتے ہیں۔

☆ اعضاء میں حرکت سست ہوجاتی ہے اور اکثر ٹانگیں قینچی کی طرح ایک دوسری پر چڑھ جاتی ہیں۔

☆ کھڑا کرنے پر بچہ ٹانگیں اکڑاتا ہوا محسوس ہوتا ہے۔

☆ سر اور کندھا پیچھے کو جھکے ہوتے ہیں۔

☆ غیر ارادی اور مسلسل حرکت یعنی حرکت پر خود کنٹرول نہ ہونا۔ حرکت میں اکثر بے چینی ہوتی ہے اور مکمل ربط نظر نہیں آتا۔

☆ توازن برقرار نہیں رکھ سکتا۔

☆ دوسری قسم میں اکڑ ؤ کے بجائے بچے کے جسم کے پٹھے اور اعضاء ڈھیلے نرم اور بے جان سے نظر آتے ہیں۔

سی پی جسم کے اعضاء کو کس طرح کے نقصان پہنچاتا ہے؟

☆ بچے کے جسم کا آدھا حصہ ایک طرف کا بازو اور ٹانگ اثر پزیر ہونا، (Hemiplegia) کہلاتا ہے۔

☆ نچلا دھڑ یعنی دونوں ٹانگوں پر اثر ہونا، (.Paraplegia) کہلاتا ہے۔

☆ دونوں ٹانگوں اور دونوں بازوؤں کا مفلوج ہونا (Quadralpegia) کہلاتا ہے۔

☆ صرف ایک ٹانگ کا فالج (Monoplegia) کہلاتا ہے۔

☆ دونوں ٹانگوں اور ایک بازو کا فالج (Triplegia) کہلاتا ہے۔

☆ دونوں بازوں اور ٹانگوں کا فالج (Diplegia) کہلاتا ہے۔

☆ CP سے متاثرہ 60/ بچوں میں ذہنی پسماندگی بھی ہوتی ہے۔

مرگی/دورے پڑنا

یہ بیماری بچے کے دماغ میں برقی نظام میں گڑبڑیا خلل پیدا ہونے کے باعث ہوتی ہے۔ بچے کو دورے پڑتے ہیں دورے کی مختلف قسمیں ہیں۔

(الف) جسم کے دائیں یا بائیں حصّے میں جھٹکے لگتے ہیں جو اکثر بخار کے ساتھ ہوتا ہے۔ (Febrile Fit)

(ب) جسم اکڑ جاتا ہے۔ منہ سے جھاگ نکلتی ہے۔ سانس لینے میں دشواری ہوتی ہے۔ بچہ بیہوش بھی ہوسکتا ہے۔ (Grand Mal)

(ج) چند سیکنڈ کے لئے بچے کے اعضاء اور آنکھیں ساکت ہوجاتی ہیں۔ یہ دورے بیماری کی شدت کے لحاظ سے جلدی جلدی یا طویل عرصے کے بعد پڑتے ہیں دورے کی نوعیت درمیانی سے لے کر شدید تک ہوسکتی ہے۔ (Focal Fit)

(د) غیر ارادی طور پر جسم کے کسی بھی حرکت (Involuntary Movement)

عام طور سے تھوڑے سے وقت کے بعد دورہ خود بخود ختم ہوجاتا ہے۔ دورے کی وجہ سے شدید جسمانی کمزوری ہوتی ہے۔ چلنے، اور تعلیمی کام میں خلل پڑتا ہے۔ دورے جتنی کم عمر میں شروع ہونگے اور جتنے زیادہ اور جلدی جلدی پڑیں گے اتنا ہی ذہنی پسماندگی اور جسمانی معذوریوں کا خطرہ زیادہ ہوگا۔

دورے کی صورت میں بہت ضروری ہے کہ نیوروفزیشن کو دکھا کر ضروری دوائیں دی جائیں۔ دورے بند ہوجانے کے بعد ڈاکٹر کی ہدایت کے مطابق 3-2 سال تک دوائیاں جاری رکھیں۔

ابتدائی تعلیمی مہارتیں

A
ت
پ
ب
2
B
3
C
4
D
5
E
2-2=
2+5=
0+0=
6

پڑھائی سیکھنے کی ابتدائی صلاحیتیں

عمر 2 سے 6 سال

ادراک: (Perception)

حواس خمسہ (دیکھنا ۔سننا۔ چھونا ۔سونگھنا۔ چکھنا۔) کے ذریعے ذہن میں پہنچنے والی معلومات کی تفصیلات کو سمجھ کر، یکجا کر کے انکو معنی دینا۔

مثلاً حروفِ تہجی اور پھر لفظوں کو پڑھنا سیکھنے کے لئے ہر حرف کی شکل کی تفصیلات کو نوٹ کر کے اسے ایک نام دیا جائے گا جو Visual Preceptual Skills کا حصہ ہے۔ پھر اس حرف کی آواز کو ذہن میں لایا جائے گا۔ (Auditory Perception) جیسے سمعی ادراک کہا جاتا ہے۔ پھر اس لفظ میں استعمال ہونے والے حروف اور آوازوں کو ترتیب وار دیکھنا ہے۔ جس کو Visual Sequencing کا نام دیا جاتا ہے۔ پھر ان سب آوازوں کو با معنی طریقے پر ملا کر لفظ پڑھا جائے گا۔ ملا کر لفظ پڑھا جائے گا۔ انگریزی میں اسی Sound Blending کہتے ہیں۔

آسان سطح پر جہاں چیزوں کو نام سے پہچاننا سیکھنا ہے، اسمیں بھی چیزوں کے مختلف موٹے موٹے خدوخال کو نوٹ کر کے، یکجا کر کے اسے اسکے دیئے ہوئے نام سے جانا جاتا ہے۔ کُتا اور بلی کو صحیح نام سے جاننے کے لئے جو ایک جیسے خدوخال ہیں (چار ٹانگیں ۔دم۔ ناک۔ اور آنکھ وغیرہ) کو نظر انداز کرتے ہوئے فرق نوٹ کرنے کی بنیاد پر (بلی کی موچھیں ہیں۔ منہ اور جسم کی ساخت میں بھی کچھ فرق ہے)۔ بچہ یہ ساری معلومات ذہن میں یکجا کر کے دونوں کو صحیح نام سے پہچاننا اور بتانا سیکھتا ہے۔

I. Visual Perception (بصری ادراک)

دیکھی ہوئی چیزوں اور خاکوں کی تفصیلات کو نوٹ کر کے ذہن میں اسکی تصویر بنانا اور ا نکو معنی اور نام دینا۔

بصری ادراک کی قسموں کی تفصیلات مندرجہ ذیل ہیں، جو پڑھنا سیکھنے میں خصوصی طور پر استعمال ہوتی ہیں۔

1. Visual Discrimination (بصری امتیاز)

دیکھی ہوئی چیزوں اور خاکوں میں ایک جیسی اور فرق چیزیں نوٹ کرنا۔

2. Form perception

ظاہری شکل وصورت میں واضح خدوخال کو نوٹ کر کے معنی اور مطلب دے کر نام سے جاننا۔ موٹے موٹے خدوخال کو نوٹ کر کے اسی کی بنیاد پر بچے پہلے بار بار نظر آنے والی اصلی چیزوں کو نام سے جاننا اور پھر انکو تصویر میں بھی نام سے پہچاننا سیکھتے ہیں۔

Shape perception 3

لکیروں سے بنی ہوئی شکلوں میں (گول، چوکور وغیرہ) کو لکیروں کی سمت اور دوسری تفصیلات کو نوٹ کر کے 8 شکلوں تک نام سے پہچاننا۔ اور ایک جیسے خدوخال رکھنے والی ہر طرح کی شکلوں (Symbols) کو میچ کرنا (کتاب میں تصویر نمبر 3 پر دی گئی مشقیں استعمال کی جا سکتی ہیں)۔ اور اس کتاب میں Annex -C پر دی ہوئی ورک شیٹ نمبر 1۔

4 Visual-Spatial Perception

بڑی جگہ (Space) میں خدوخال کو بامعنی طریقہ پر نوٹ کرنا۔ (مثلاََ ایک آدمی کی تصویر بناتے ہوئے ہر عضو کا مقام۔ سمت۔ ساخت وغیرہ) کو دیکھنا۔

5 Figure-Ground Perception (ملی جلی چیزوں میں متعلقہ چیز پر نظر رکھنا)

سامنے رکھی ہوئی چیزوں میں غیر متعلقہ پس منظر کو نظر انداز کر کے متعلقہ چیز۔ شکل۔ لکیر وغیرہ پر توجہ مرکوز رکھنا اور اسے بامعنی طور پر دیکھنا اور سمجھنا۔ مثلاََ حرف پہچاننے میں (ب، پ، ت، ٹ، ث) انکی شکلوں کو، جو ایک جیسی ہیں۔ نظر انداز کرتے ہوئے نقطوں کی جگہ اور تعداد کو دیکھنا۔ یا لفظ پڑھنے میں صفحہ پر باقی چیزوں جیسے صفحہ پر بنی تصویر یا دوسرے الفاظ نظر انداز کرتے ہوئے متعلقہ لفظ پر توجہ مرکوز رکھنا ۔ متعلقہ لفظ میں بھی پہلے ترتیب وار حروف اور انکی آوازوں پر دھیان دینا۔

6 Perceptual Organization / Part-whole Relationship (بصری تنظیم اور جز و اور کُل کے تعلق کو دیکھنا / سمجھنا) دیکھی ہوئی چیزوں کے مختلف حصّوں اور زاویوں کا آپس میں ربط دیکھ کر انکے حصّوں کو ملا کر بامعنی طریقہ پر ایک مکمل شکل دینا۔ اسمیں Sequencing ترتیب دینا اور Puzzle وغیرہ شامل ہیں۔ لفظ پڑھنے میں پہلے حروف کی ترتیب دیکھنی ہوگی پھر انھیں ملا کر ایک مکمل لفظ کی صورت دی جائے گی۔

II. Auditory Perception (صوتی ادراک)

1 سنی ہوئی آواز کو ذہن میں رکھ کر حروف کو نام دینا۔ یہ بھی بچہ اردگرد بار بار سنی ہوئی آوازوں (کتے، بلی، چڑیا، گاڑی کے ہارن، موبائل کی گھنٹی وغیرہ) سے شروع کر کے حروف تک کو انکی آوازوں کے ساتھ پہچاننا سیکھتا ہے۔

2 سنے یا لکھے ہوئے لفظ میں حرف کی پہلی آواز اور آخری آواز کو نوٹ کرنا۔ اسکے بعد بیچ کی آوازوں کو نوٹ کرنا آتا ہے۔

3 سنے یا لکھے ہوئے لفظ میں حروف اور انکی آوازوں کو ترتیب سے دیکھنا۔

4 Sound Blending یعنی حروف کی آوازوں کے جوڑے بنانا (Phoneme Cluster) پھر اُن کو ملا کر لفظ کی صورت دینا۔ جیسے پاکستان کو پڑھنے کے لئے پہلے پ اور الف کو ملا کر "پا" پھر ک اور س ملا کر "کس" ت اور الف ملا کر "تا" اور پھر آخر میں پورے ن کی آواز۔ ان سب جوڑوں کو ملا کر پاکستان پڑھا جائے گا۔

Dyslexic بچے کا بنیادی مسئلہ حروف کو ترتیب وار دیکھ کر، ترتیب ہی وار حروف کے جوڑے بنانے میں آتا ہے۔ اس نکتہ کا ذکر صرف اس لئے کیا گیا کہ آپ کے ذہن میں یہ بات واضح ہو کہ ذہنی صلاحیتوں میں کے استعمال کے جزوی مصرف (Specific Functions) ہوتے ہیں اور کسی بھی صلاحیت یا اُس کے جز و میں کہی مسئلہ یا کمی ہونے سے ایک پورے کارکردگی متاثر ہوسکتی ہے۔

نوٹ:

چیز کا نام یا رنگ اور شکلیں (گول، چوکور، وغیرہ) اور حروف کو نام سے جاننے تک ہر بچہ مندرجہ ذیل تین مرحلوں سے گزرتا ہے۔

1۔ یکسانیت اور فرق کی بنیاد پر ایک جیسی چیز ایک ساتھ رکھتا ہے(Matching)

2۔ کوئی دوسرا نام لے کے پوچھے(مثلاً لال دکھاؤ تو بتاتا ہے(Recognition)

3۔ "اس رنگ یا شکل کو کیا کہتے ہیں" "?"یا"اسکا کیا نام ہے پوچھنے پر اپنے ذہن سے اس کا نام تلاش کر کے بتاتا ہے(Naming)

لکھنا سیکھنے کی صلاحیتیں

عمر 2 سے 6 سال

Eye Finger Coordination:۔ (انگلیوں کی حرکت اور آنکھوں کا ضرورت کے مطابق ساتھ ساتھ استعمال)۔

1. یہ صلاحیت چھوٹی بڑی چیزیں جو انگلیوں کے اوپری حصّے کو استعمال کر کے اُٹھائی جاتی ہوں۔۔۔ اُنھیں اُٹھانا اور پیالے یا بوتل میں ڈالنے سے شروع ہوتی ہے۔

2. پنسیل کا استعمال۔ جیسے رنگین پنسل سے کھڑی۔ لیٹی ہوئی ترچھی اور گولائی والی لکیریں اپنی مرضی سے بنانا (کھچانے کے انداز میں)

3۔ کھڑی لکیر دیکھ کر خود بنانا۔ |

4۔ لیٹی ہوئی لکیر دیکھ کر خود بنانا۔ ———

5۔ دائرہ دیکھ کر خود سے بنانا۔ O

6۔ + کا نشان دیکھ کر خود بنانا۔ یہ مثال ہے (سیکھنے کے عمل کی معلوم سے نامعلوم کی طرف بڑھنے کی)۔

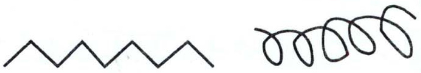
7۔ V کا نشان دیکھ کر خود بنانا۔

8۔ ملی یا جڑی ہوئی ترچھی لکیریں بنالینا۔ (/\ \ /)

9۔ چوکور دیکھ کر خود بنانا۔ (□)

10۔ تکون دیکھ کر بنانا۔ △

11۔ ہر طرح کی جڑی ہوئی لکیروں کو دیکھ کر بنانا۔



بچے کو یہاں تک پہنچانے کے لئے سیکھنے کے عمل میں " آسان سے مشکل، معلوم سے نامعلوم " کے اصول پر مبنی activites نصابی سر گرمیوں میں صفحہ۔۔۔ سے۔۔۔ تک دی گئی ہیں۔ لکھنا سیکھنے کے لئے ابتدائی صلاحیتوں کی Activity Book میں بھی دی گئی ہیں۔ کتاب میں بھی تصویر (LAD) نمبر 7-8-12-14-15-19-20 -22-24-31-34-35-36- کے تحت لکھی ہوئی مشقیں Eye finger Coordination کو بہتر کرنے، اُن میں مہارت حاصل کرنے میں بہت مدد دیں گی۔

گنتی اور حساب سیکھنے کی ابتدائی صلاحیتیں

2-6 سال

I. بنیادی تصورات:۔

- جگہ کا تصور۔: اندر، باہر۔ اوپر، نیچے۔ قریب، دُور۔ ملا ہوا، الگ۔ اوپر کی طرف، نیچے کی طرف۔ دائیں، بائیں۔ آگے، پیچھے۔ بیچ میں وغیرہ۔
- آگے جا کر بچے کو چیزوں کو ترتیب کے لحاظ سے نام دینا (Ordination) جیسے سب سے اُوپر کی لائن، بیچ والی لائن، سب سے نیچے والی لائن، یا سب سے پہلے، اُس کے بعد، بیچ میں، آخری، سیدھے ہاتھ سے، دوسرا وغیرہ۔
- خوبی کا تصور۔: صاف، گندہ۔ چکنا، کھردرا۔ دُھندلا، چمکدار، وغیرہ۔
- سائز اور چیزوں کی ناپ تول کا تصور۔: بڑا، چھوٹا۔ اونچا، نیچا۔ لمبا، کم لمبا۔ چوڑا، کم چوڑا۔ موٹا، دُبلا۔ موٹا، پتلا۔ چپٹا، گولائی والا، وغیرہ۔
- مقدار کا تصور۔: سب۔ بہت زیادہ۔ کچھ نہیں۔ کچھ۔ تھوڑا سا۔ پورا۔ آدھا۔ ایک چوتھائی وغیرہ۔

II. چیزوں کی اقسام کا تصور۔: (Categories) جانور، پھل، سبزی، روزمرہ استعمال کی اشیاء، اوزار، بجلی سے چلنے والی چیزیں وغیرہ۔

III. ایک ہی قسم کی چیزوں میں درجہ بندی:۔ (Classification)

جانور کی قسم میں درجہ بندی (چوپائے، رینگنے والے جانور، کیڑے، پرندے) پھل کی قسم میں درجہ بندی (رس والے، گودے والے، بیج والے، بغیر بیج والے، چھلکے کے ساتھ کھانے والے، بغیر چھلکے کے کھانے والے)

iV. دو چیزوں کا موازنہ (compare) کر کے ان میں ایک جیسی بات اور فرق کو نوٹ کرنا:

سامنے موجود اصلی چیز جیسے بس اور کار سے شروع کریں۔ یعنی بس اور کار میں کیا باتیں ایک جیسی ہیں اور کیا فرق ہیں۔ یا دو مختلف پینسلیں لیں اور دونوں میں ایک جیسی اور فرق چیزیں پوچھیں (دونوں پنسلیں ہیں۔ دونوں سے لکھتے ہیں۔ دونوں لکڑی کی بنی ہیں)۔ فرق پنسل کے رنگ، لمبائی، ساخت وغیرہ میں ہوسکتا ہے۔

V. ایک ہی وقت میں چیزوں کے مختلف زاویوں کو دیکھنا۔

بڑے (سائز دیکھنا)، لال، (رنگ دیکھنا)، چوکور (شکل دیکھنا)، موتی الگ رکھنا۔ چھوٹے، گول اور ہرے موتی دوسری جگہ رکھنا۔

موتیوں کو سائیز (بڑا یا چھوٹا) رنگ (لال۔ پیلا) شکل (گول۔ چوکور وغیرہ) کو دیکھ کر الگ کرنا۔

Vi بامعنی گنتی۔:

دس تک گننا اور کتنے ہیں کا جواب دینا۔ اس کیلیئے بوتل کے ڈھکن یا کوئی ایک جیسی چیز کا استعمال کریں۔ نمبر کارڈ کے نیچے اتنی ہی چیزیں رکھوائیں جو کارڈ پر نمبر لکھا ہے۔ نمبر بغیر ترتیب کے رکھیں (مثلاً 6۔3۔5) بچہ اسکے نیچے چیزیں گن کر رکھے۔ کتاب میں دیکھیں تصویر نمبر 23 کے لئے دی گئی مشقیں۔

VII نمبر پہچاننا اور لکھنا (1-10):

اس کے لئے بھی بچے کو Matching سے لے کر Naming تک لے جائیں۔

VIII بامعنی گنتی کا مستحکم تصور

کھڑی لائن میں لکھے ہوئے نمبر کے سامنے اتنے O یا X بنانا۔ (نمبر ترتیب وار نہ ہوں)

بنے ہوئے O یا X کو گن کر اُس کے سامنے نمبر لکھنا۔

iX نمبر کا تصور۔:

جو جتنا نمبر بولا جائے بچہ اتنی ہی چیز نکال کر الگ رکھے۔

X چیزوں کو ناپ تول کے مطابق بڑھتی اور گھٹتی ترتیب میں رکھنا۔:

پانچ چیزوں کو اونچائی (موم بتی)، سائز (قالین کے گول ٹکڑے)، لمبائی (پنسیل)، چوڑائی (کتاب)، کے لحاظ سے گھٹتی یا بڑھتی ہوئی ترتیب میں رکھنا۔ (مثلاً لمبائی میں بڑھتی ہوئی ترتیب کا مطلب ہے پہلے سب سے لمبی پھر اس سے کم لمبی پھر اس سے کم لمبی وغیرہ) کتاب میں تصویر نمبر 21 کے لئے دی گئی مشقیں دیکھیں۔

XI نمبر کا بڑھنا اور گھٹنا۔:

چیزیں ملانے سے نمبر کیسے آگے بڑھتا ہے اور نکالنے سے کیسے گھٹتا ہے۔ کتاب میں تصویر نمبر 16 پر دی گئی مشقیں دیکھیں۔

XII اکائی اور دھائی کا تصور۔:

کتاب میں تصویر نمبر 18۔17 کے لئے دی گئی مشقیں دیکھیں۔

زباندانی سیکھنا

عمر 2 سے 6 سال

زبان فہمی اور بول چال میں بچے کو آگے بڑھانے کے لیے مندرجہ ذیل نکات ذہن میں رکھیں۔

بات کو سن کر/ یا پڑھ کر سمجھنا (زبان فہمی) کہلاتا ہے۔ اپنی بات کو دوسروں تک پہنچانا (بول چال/ گفتار) کہلاتا ہے۔

1 ہر طرح کے الفاظ کا مطلب اور مفہوم سمجھنا۔ مثلاً چیزوں اور ان کے حصوں کے نام، فعل (اُٹھاؤ، رکھ دو، دے دو وغیرہ) صفت بتانے والے الفاظ، کیفیت بتانے والے الفاظ، جگہ بتانے والے الفاظ، جسامت بتانے والے، مقدار بتانے والے الفاظ وغیرہ۔ عام جسم کے حصوں کے نام بچے کے روزانہ استعمال کی چیزوں کے نام، وہ چیزیں جو بچہ روز گھر میں دیکھتا ہے پہلے وہ اُنھیں نام دینا سیکھے گا۔
پھر چیزوں کے حصّوں کے نام بتانا سیکھے گا۔ مثلاً قمیض میں (آستین، کالر، دامن، بٹن پٹی، وغیرہ)
روزمرہ کام کے دوران (مثلاً نہلاتے وقت، کپڑے اتارتے وقت اور پہناتے وقت، کھانا کھانے کے دوران، کچن میں کام کے دوران بچوں کو چیزوں کے الگ الگ حصّوں کے نام جسم کے حصّوں کے نام وغیرہ بتائے جاسکتے ہیں۔

2 فعل یعنی جو الفاظ کام کا کرنا بتاتے ہیں اُن کا مطلب سمجھنا۔ (مثلاً اُٹھاؤ، رکھو، ڈالو، َملو، صاف کرو، پونچھو، رگڑو وغیرہ)

3 بچے سے چیز کی طرف اشارہ کئے بغیر اُس کا نام لے کر دکھانے کو کہیں۔ مثلاً گلاس، چمچہ یا کنگھا دکھاؤ۔ ساتھ ہی ساتھ اس چیز کا استعمال بھی بتائیں۔

4 بچے سے پوچھتے رہیں یہ کیا ہے اور ہم اس سے کیا کرتے ہیں؟۔

5 بچے کو ایسی تصاویر دکھائیں جن میں مختلف کام ہو رہے ہوں۔ اور پھر اس سے پوچھیں یہ کیا کر رہا ہے (پانی پی رہا ہے، کھانا کھا رہا ہے، سو رہا ہے وغیرہ)

6 بچے کو تصویری کہانیاں سنائیں اور پوچھیں اس تصویر میں کیا ہے؟ کیا ہو رہا ہے کیا، کون، کہاں، کب، کیوں، کتنے پر مشتمل سوالات کریں۔

7 جملے کا استعمال اور جملے کی ترتیب کو واضح کر کے بولیں۔

8 روزمرہ کے واقعات کے متعلق بچے سے مختلف سوالات کریں۔ مثلاً کل کون آیا تھا؟۔ آنے والے دن کے متعلق پوچھیں۔ مثلاً کل ہم کہاں جائیں گے؟۔ وغیرہ تاکہ ہر طرح کے جملوں کو صیغوں کے مطابق استعمال کرنا سیکھ سکے۔

9 ٹی وی دیکھتے ہوئے، اشتہارات دیکھتے وقت جو کچھ نظر آ رہا ہے اس کے متعلق بچے سے بات کریں اور سوالات پوچھتے رہیں۔

10 جملے مکمل کروانے کے کھیل کھیلیں۔

1 پانی گلاس میں پیتے ہیں اور چائے----------

2 نہانے کے بعد تولیہ سے بدن---------پھر کپڑے-------

3 گاڑی ---------پر چلتی ہے اور جہاز----------

11 کیا ہوگا کا کھیل کھیلیں

4 کیا ہوگا جیسے کھیل کھیلیں۔

5 اگر تم انڈا زمین پر گرادو تو کیا ہوگا؟

6 اگر تم چھری سے کھیلو تو کیا ہوسکتا ہے؟

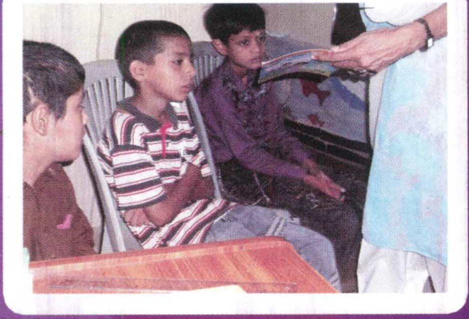
7 اگر ٹوٹے ہوئے گلاس کے ٹکڑے ہاتھ سے اٹھائے جائیں تو کیا ہوسکتا ہے؟۔

12 تم کیا کرو گے؟ جیسے سوالات کریں

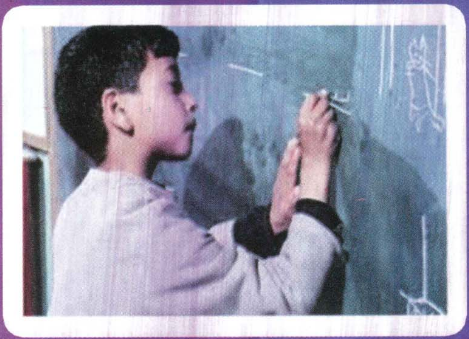
8 اگر دودھ میز پر گر جائے تو تم کیا کرو گے؟

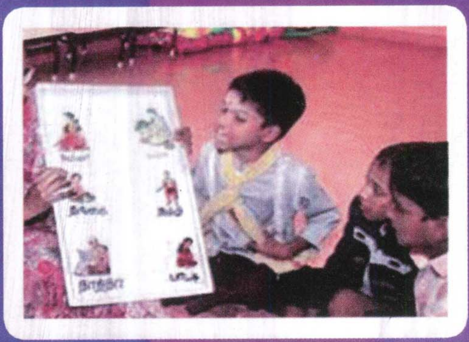
9 اگر بھوک گی تو تم کیا کرو گے؟

10 اگر انگلی کٹ جائے اور خون نکلے تو کیا کرو گے وغیرہ؟



نصابی سرگرمیاں





پڑھنا سیکھنا

عمر 2 سے 6 سال

کیا سکھانا ہے

1۔ دیکھی ہوئی چیزوں میں یکسانیت اور فرق کو نوٹ کرتے ہوئے اُس کو معنی اور مطلب دینا یا نام سے پہچاننا۔

- ایک جیسی تصویروں کو ساتھ رکھنا۔ روز مرہ استعمال کی چیزوں (جیسے گلاس، جوتا، چابی، کنگھا وغیرہ) سے شروع کریں۔ رفتہ رفتہ چیزوں کی تعداد بڑھاتے جائیں۔

- جانور، پھل، سبزی، جسم کے حصے اور روزمرہ استعمال کی اشیاء کے تصویری کارڈ کے دو سیٹ بنائیں، 4 اور 5 تصویروں سے شروع کریں جسمیں فرق واضح ہو رفتہ رفتہ تصویروں کی تعداد بڑھاتے جائیں اور کم فرق والی ایک جیسی تصویر ساتھ رکھنے کو دیں۔ (Matching)

- جسم کے حصے اور جن چیزوں کے رابطے میں بچہ روزانہ آتا ہے اُنکو نام سے جاننا۔

2۔ سامنے رکھی ہوئی تصویروں یا اصلی چیزوں میں نام لی ہوئی چیز کو دکھانے یا اُٹھانے کو کہیں۔ (نام کوئی دوسرا لے گا بچہ نام لی ہوئی چیز کو پہچان کر اس کو اشارے سے بتائے گا یا اُٹھا کر دے گا۔ (Recognition)

3۔ یہ کیا ہے؟ یا اس کو کیا کہتیں ہے کہ جواب میں چیزوں کے نام بتانا۔ (Naming)

رکھی ہوئی تصویروں یا اصلی چیزوں میں بچہ بتائے کہ "اسے کیا کہتے ہیں ؟ یا یہ کیا ہے ؟ کے جواب میں چیز کا نام بتائے۔

4۔ تین بنیادی شکلوں (□ △ ○) کی پہلے میچنگ، Recognition اور پھر Naming کروائیں کتاب میں تصویر نمبر 8 کی مشقیں پہلے لکڑی یا قالین کے ٹکڑے سے کٹی ہوئی Solid Shape، جن کو بچہ ہاتھ سے چھو کر بھی فرق محسوس کر سکتا ہے، ان کی Matching سے لے کر Naming تک سکھائیں۔ پھر الگ الگ کارڈ پر لکیروں سے بنی ہوئی شکلوں کو نام دینا سکھانے کے لئے Matching سے Naming تک کے مرحلوں سے گزاریں۔ ان شکلوں کو جتنا ممکن ہو ماحول میں موجود چیزوں میں دکھاتے رہیں۔

5۔ تین بنیادی رنگ (لال، نیلا اور پیلا) کی بھی پہلے میچنگ، Recogenition اور پھر Naming

ان تین رنگوں کی مختلف چیزیں استعمال کریں۔ رنگ میچ کرواتے وقت چیز ایک ہی ہونی چاہیے صرف رنگ میں فرق ہو ماحول میں بھی موجود ہر چیز میں رنگ دکھاتے اور بتاتے رہیں۔ تینوں رنگ کے موتی ملا کر دیں بچہ ہر رنگ کے موتی الگ پیالے میں رکھے۔

6۔ مزید تین شکلوں (◇ ⬭ ▭) کو بھی میچنگ سے لے کر Naming تک لے جائیں۔

اُوپر بتائے گئے طریقوں کے مطابق کام سکھائیں۔

7۔ رنگوں میں بھی (کالا، سفید اور Orange) سکھائیں۔ اس کو بھی میچنگ سے لے کر Naming کی طرف لے جائیں۔

اُوپر بتائے گئے طریقوں کے مطابق کام کروائیں۔

نوٹ: یہ یقینی بنائیں کہ بچہ کسی چیز میں یا تصویر میں بھی پوچھنے پر شکلوں اور رنگوں کا نام بتا سکے یعنی بچے کے سیکھنے کا عمل مکمل ہو سکے جہاں وہ سیکھی ہوئی چیزوں کا خود استعمال کر سکے۔

8۔ دیکھی ہوئی چیزوں میں باریک تفصیلات کو نوٹ کرنا۔ علامتی نشانات کی میچنگ۔ (Symbol)

Annex 1۔ پر دیئے ہوئے سمبل کارڈ استعمال کریں۔

ملکوں کے جھنڈوں کے کارڈ کے دو سیٹ استعمال کریں (کتاب میں تصویر نمبر 13 پر دی گئی مشقیں دیکھیں)

Symbol Matching کرواتے وقت ایک جیسے اور فرق والے کارڈوں کی تفصیلات دکھاتے اور بتاتے رہیں۔ یعنی جس میں دو کارڈوں میں کیا ایک جیسا ہے کیا چیزیں مختلف ہیں۔

9۔ رنگ یا ڈیزائن کو بتائی ہوئی ترتیب کے مطابق رکھتے جانا۔ (مثلاً ایک لال اور دو نیلے کو ترتیب سے رکھتے جانا۔ رفتہ رفتہ اسکو مشکل کیا جاسکتا ہے۔)

کتاب میں تصویر نمبر 31 پر دی گئی مشقیں استعمال کی جاسکتی ہیں۔ ڈیزائن کے مطابق ترتیب وار رکھوانے کے لئے مختلف ڈیزائن کے بٹن اور بوتلوں کے مختلف ڈیزائن کے ڈھکن استعمال کئے جاسکتے ہیں۔

10۔ بنی ہوئی ڈیزائن کو دیکھ کر ویسے ہی بنالینا۔

کتاب میں تصویر نمبر 7 اور 20 + 19 پر دی گئی مشقیں استعمال کریں۔

ماچس کی تیلیاں (مصالحہ نکال کر) لال اور ہر رنگ میں رنگ لیں۔ انہی دو رنگوں کو استعمال کرتے ہوئے الگ الگ کارڈ پر آسان سے مشکل ڈیزائن بنالیں۔ ( ) ایک وقت میں ایک کارڈ بچہ کے سامنے رکھیں، بچہ ماچس کی تیلیوں سے اپنے سامنے سفید کاغذ پر ویسے ہی ڈیزائن بنائے۔

(مثلاً)

یہ کارڈ تین مختلف سمت میں گھما کر ڈیزائن میں لکیروں کی سمت بدلی جاسکتی ہے۔

11۔ حروف اور نمبر کی میچنگ،

Recognition اور پھر Naming

12 سے 10 Alphabets حروفِ تہجی ا، ت، پ، ج، چ، ک، گ، ل، ن، ر، م، و، (ان حروف سے بچے کی جانی اور پہچانی ہوئی چیزوں کا نام بتانے والے الفاظ بنیں گے۔ اس طرح پڑھنا سیکھنا بچے کے لئے ایک بامعنی عمل بنے گا)

12۔ Aduditory Perception (سمی ادراک)

حروف کی آواز کا ادراک

کتاب میں تصویر نمبر 25 پر دی گئی مشقیں استعمال کریں۔

دیئے گئے حروف سے شروع ہونے والی چیزوں کے نام بتانے کا کھیل۔ (مثلاً چلو " ب " سے شروع ہونے والے لفظ ڈھونڈھیں جیسے بال۔ بلّی۔ بچہ وغیرہ)۔

الگ کارڈوں پر لکھے ہوئے حروف بچے کے سامنے رکھیں۔ انہی حروف سے شروع ہونے والے لفظ بولیں اور بچے سے شروع کی آواز کا حرف دکھانے کو کہیں۔ (سب سے پہلے کس حرف کی آواز آئی)

اسی طرح لفظ بول کر آخر میں سنی ہوئی آواز کا حرف اُٹھانے کو کہیں۔

13۔ حروف ملا کر لفظوں کو پڑھنا (شروع میں دس حروف سکھائیں جیسے، ت پ د س ک ن م ج چ ل ا اور و کی آواز کے ساتھ)

نوٹ:۔ بچے کو ایسے الفاظ پڑھنے کے لئے دیں جن کا مطلب بچہ سمجھتا ہو۔

دو حرفی لفظ کب، تب، جب، کل، کم، نل وغیرہ۔

اسی طرح تین حرفی الفاظ بات، رات، تاج، جور، مور، وغیرہ۔

ا اور و کی آواز کے ساتھ چار حرفی الفاظ باجا، آپا، تالا، کالا وغیرہ۔ کونا، سونا، پودا، سودا، بولو، ناچو غیرہ۔

اسی طرح مزید حروف ی اور ے کی آواز کے ساتھ پڑھنا سکھائیں۔

چابی، تالی، مالی، پانی، جالی، جال، کام، ناک، جوتے، پودے تالے وغیرہ (الفاظ کے Flash Card بنائیں۔ ایک طرف مار کر سے لفظ لکھیں دوسری طرف اُس لفظ کی تصویر بنا دیں)۔ پہلے تصویر دکھائیں پھر پلٹ کر لکھا ہوا لفظ حروف کو ملا کر پڑھنا سکھائیں۔

کچھ الفاظ صرف پہچان کے پڑھنا سکھائیں تا کہ بچہ جملے بھی پڑھ سکے۔

جیسے یہ۔ ہے۔ لاؤ۔ کر۔ (جملہ۔ تالی بجا کر ناچو۔ پانی لاؤ۔ یہ چابی ہے وغیرہ)۔

لکھنا سیکھنا

عمر 2 سے 6 سال

لکھنے میں خاص طور پر اُنگلیوں اور آنکھوں کا ساتھ ساتھ مہارت کے ساتھ استعمال درکار ہے۔ پنسیل کو ہر طرح کی لکیروں پر مشتمل حروف اور نمبر وغیرہ لکھنے کے لئے انگلیوں کی حرکت کے علاوہ کلائی، سامنے کی بانہہ سے لے کر بازو تک کی حرکات میں روانی اس کا حصّہ ہے۔

مندرجہ ذیل مشقیں ان صلاحیتوں کو آگے بڑھانے میں مدد دیں گی۔

- موتی یا کوئی بھی چھوٹی چیز جو اُنگلیوں کی اُوپری پوروں کو استعمال کر کے اُٹھائی جاتی ہیں (جیسے بوتلوں کے ڈھکنے، ماچس کی مصالحہ نکالی ہوئی تیلیاں، ایک ایک کے سکے وغیرہ) بچہ ان چیزوں کو ایک ایک کر کے اُٹھا کے پہلے پیالے میں پھر چھوٹے منہ کی بوتل میں ڈالے۔
- پہلے بڑے موتی جوتے کے فیتے یا خاصی بڑی سوئی میں پرونے کو دیں، پھر چھوٹے موتی چھوٹی سوئی میں پرونے کو دیں۔
- گتّے کے 8X4 انچ کے ٹکڑے پر رنگین کاغذ چپکا کر دو، دو سینٹی میٹر کے فاصلے پر ایک انچ کی اسٹیل کی کیل سے بڑے سوراخوں کی تین قطاریں بنالیں۔ جوتے کا فیتہ استعمال کرتے ہوئے بچہ ایک بار فیتے کو نیچے سے اُوپر لے آئے اور پھر اُوپر سے نیچے۔ کتاب میں تصویر

نمبر 12-14-15-20-31 پر دی گئی مشقیں ان صلاحیتوں کی نشوونما میں بہت مدد دیں گی۔

- پنسل کا لکھنے کے لئے استعمال سیکھنا
- کھڑی، لیٹی ہوئی، گولائی والی اور ترچھی لکیریں اپنی مرضی سے بنانا۔
- کئی رنگ کے کریان (Crayon)، رنگین پنسلوں سے یا برش کو پیالے میں بنائے ہوئے رنگ میں ڈبو کر پرانے اخبار پر ہر طرح کے نشان لگوانا۔ (اگر بچہ خود نہ کرے تو کر کے دکھائیں)۔
- سلیٹ پر موٹی چاک سے یا گہرے رنگ کی پلاسٹک ٹرے میں بچھی ہوئی ریت پر چھوٹی بڑی کھڑی لکیریں بچے کو بنا کر دکھائیں اور پھر اُسے اپنی پہلی اُنگلی سے ہو بہو لکیریں کھینچنے کو دیں، تاکہ بچہ لکیروں کی سمت بندی کو نوٹ کرے۔

کاغذ پر اُوپر اور نیچے بڑا گول نشان بنا کر بچے کو اُوپر سے شروع کر کے نیچے کے نشان تک پنسل سے کھڑی لکیر بنوائیں۔ پہلے چھوٹی لکیریں دیں پھر رفتہ رفتہ لمبی لکیریں بنوائیں۔

- بنا کر دکھایا جائے تو لیٹی ہوئی لکیر بنالینا۔

اُوپر دیئے ہوئے طریقوں سے کروائیں۔

4۔ + کا نشان بنالینا۔

اُوپر والے مرحلوں سے گزاریں۔

5۔ دیکھ کر O گول بنالینا۔

چھوٹے گول سے لیکر بڑے گول تک بنالینا۔

6۔ رنگ بھرنا۔

- بڑے موٹے مارکر سے بنائے ہوئے بڑے گول کے اندر رنگ بھرنا۔ رنگ لکیر کے اندر رہتے ہوئے، برابر سے بھرنے پر زور دیں ضرورت ہو تو خود کر کے دکھائیں کہ رنگ کو لائن کے اندر رکھنے کے لئے کیسے لائن کے قریب آہستہ آہستہ، دیکھ کر، روک کر، چلاتے ہیں۔ رنگ کروانے یا بھرنے کے لئے رفتہ رفتہ لائن کی موٹائی کم کرتے جائیں۔ اور مختلف چھوٹی شکلیں بھی دیں۔

7۔ چارانچ کے چوکور کاغذ کو ترچھا موڑ کر بچے کو دیں کہ اُوپر کے کونے سے نیچے کے کونے تک ترچھی لائن بنائے۔

- بغیر موڑے ہوئے ایک کونے سے دوسرے کونے تک ترچھی لکیر بنائے۔ ضرورت ہو تو لکیر شروع کرنے اور ختم کرنے کی جگہ پر کوئی نشان لگادیں۔

8۔ دیکھ کر V کی شکل بنانا۔

اُوپر والے مرحلوں سے گزاریں۔

9۔ دیکھ کر کی شکل بنانا۔

اُوپر والے مرحلوں سے گزاریں۔

10۔ نشانات کو ملا کر ایک ہی طرح کے Stroke (خطوط/ لکیریں) پوری لائن میں بنانا۔ چھوٹے سے شروع کر کے بڑے Stroke دیکھ کر بچہ سے بنوائیں۔

ہر طرح کی لائن اور Strokes بنانے پر مہارت حاصل کرنے کے لئے مندرجہ ذیل طریقے یا مشقیں استعمال کریں۔

- بڑی سلیٹ پر چاک سے موٹی لائن میں Stroke بنائیں۔ بچہ اس پر انگلی پھیرے یہ خطوط یا لکیریں سائز میں بڑے ہوں بہت چھوٹے نہیں۔ گہرے رنگ کی ٹرے میں آٹے یا ریت کی باریک سی ہموار تہہ بچھا کر اُس پر مختلف Strokes انگلی سے بنادیں پھر بچہ اس پر انگلی پھیرے اور پھر خود ریت پر انگلی سے ہر طرح کی لکیریں اور شکلیں بنائے۔

Stroke یا خطوط اور لکیروں سے بنی ڈیزائنوں کی چند مثالیں۔۔۔

11. Maze Tracing

- ایک یا آدھے سینٹی میٹر کے فاصلے پر رنگین پنسل سے بنی ہوئی دو لائینوں اور اسی طرح بنائی ہوئی مختلف شکلوں کے بیچ میں پنسل سے لائین بنانا۔ بچہ دھیان رکھے کہ اُس کی بنائی ہوئی لائن پہلے سے بنی ہوئی لائینوں کو نہ چھوئے۔

Maze Tracing کی چند مثالیں۔

12۔ بڑے نقطوں (o) کو دیکھتے ہوئے ڈیزائن کے مطابق بنانا۔

Annex - C پر Activity Sheet دی گئی ہے۔

13 ایک سے پانچ تک حروف اور ہندسے (ا، ب، ج، ل، ت، م، وغیرہ لکھنا)۔

- 1 سے 10 تک بڑے ہندسوں اور حروف بچہ کاپی پر لکھے یا پہلے دہری لائینوں سے بنے ہوئے بڑے سائیز کے نمبر اور حروف میں دونوں لائینوں کے بیچ میں مختلف رنگ کی پنسلوں سے خود وہ ہی شکل بنائے (مثال کے طور پر۔

ضرورت ہو تو پنسل سے حروف یا نمبر لکھتے ہوئے بچے کو لائینوں کی تفصیل اور ترتیب بتائیں۔ مثلاً پانچ لکھتے وقت پہلے چھوٹی کھڑی لکیر پھر اس میں جڑا ہوا آدھا گول اب پنسیل اُٹھالیں کھڑی لکیر کی اُوپر کی نوک سے لیٹی ہوئی لکیر بنانا۔

نمبر اور اس کا استعمال

عمر 2 سے 6 سال

کیا سکھانا ہے

1۔ جگہ بتانے والے الفاظ کا مطلب سمجھنا۔

اوپر۔ نیچے، اندر۔ باہر، قریب۔ دور، ملا ہوا۔ الگ، آگے۔ پیچھے، سامنے کی طرف۔ پیچھے کی طرف، اوپر کی طرف۔ نیچے کی طرف، آگے وغیرہ

2۔ ترتیب بتانے والے الفاظ

کنارے، سب سے اوپر والی لائین (top)۔ سب سے نیچے والی لائین (bottom) اوپر والا حصہ (upper)۔ نیچے والا حصہ (lower)، پہلا، آخری، دوسرا، تیسرا، سب سے پہلے، اسکے بعد، وغیرہ تین چار چیزیں جن کو بچہ نام سے پہچانتا ہے اس کے سامنے رکھیں۔ بغیر اشارہ کیے ہوئے، جگہ بتانے والے مختلف لفظ بول کر چیز وہاں رکھنے کو کہیں۔ جیسے پنسیل گلاس کے پیچھے یا سامنے رکھ دو، وغیرہ۔

بچے کو ارد گرد کے ماحول میں اصلی چیزوں کی جگہ بتانے والے لفظ کا (اوپر، نیچے، وغیرہ) استعمال کر کے بتاتے رہیں۔ (مثلا ہلدی کا ڈبہ سب سے اوپر کے پٹرے پر ہے، پتیلی سب سے نیچے کے پٹرے پر ہے، وغیرہ۔)

(2) ordination (نمبر کے لحاظ سے ترتیب)

پہلا، آخری، بیچ والا۔ .

پہلا، دوسرا، تیسرا، چوتھا، وغیرہ۔ اس سے پہلے، اس کے بعد۔۔۔

ان الفاظ کا مطلب بھی اوپر لکھے ہوئے طریقوں سے بچے کے ذہن میں واضح کریں۔ ان الفاظ کا مطلب ادا کرنے والی چیزیں بچے کے سامنے رکھیں یا اس کو دکھائیں۔ لفظ بول کر چیزیں اٹھانے کو یا دکھانے کو کہیں۔ مثلاً کتاب میں لائن سے بنی ہوئی تصویروں میں سیدھے ہاتھ سے دوسری یا تیسری تصویر دکھانے کو کہیں یا بلّی کے بعد والی دکھاؤ کتاب میں تصویر نمبر۔ 11 (Picture Folder) پر دی گئی مشقیں استعمال کریں۔

3۔ سائز اور چیزوں کی ناپ تول بتانے والے الفاظ کا مطلب سمجھنا

ان الفاظ میں چھوٹا، بڑا، لمبا، کم لمبا، چوڑا، پتلا، پتلا۔ موٹا، پتلا۔ چپٹا، گولائی / گھیرے والا۔ گہرا، چھچلا۔ بھاری، ہلکا وغیرہ۔

کاغذ پر لمبی، کم لمبی لائینیں بنا کر چوڑی، کم چوڑی کھڑی بنا کر اور مختلف طریقوں سے ان الفاظ کا مطلب سمجھائیں۔ بچے کو ماحول میں اصلی چیزیں دکھا کر ہلکی، بھاری، لمبی، کم لمبی وغیرہ دکھا کر ان الفاظ کا مطلب سمجھنا سکھائیں۔

پہلے زیادہ فرق رکھنے والی چیزوں میں ان الفاظ کا استعمال دکھاتے اور بتاتے رہیں۔ پھر رفتہ رفتہ کم فرق (چوڑائی، لمبائی یا وزن وغیرہ میں) والی چیزیں دکھائیں، بتائیں اور پھر بچے سے پوچھیں۔

4۔ صفت بتانے والے الفاظ کا مطلب سمجھنا۔

گندا، صاف، ٹوٹا ہوا، پورا، آدھا، اندھیرا، روشنی، چمکدار، دھندلا یا دھبے دار رنگ میں گہرا، ہلکا، برتن میں، وغیرہ (آسان سے مشکل کی بنیاد پر صفت بتانے والے الفاظ کی فہرست بنالیں)

اوپر بتائے ہوئے طریقے استعمال کریں۔ زیادہ بہتر ہے کہ اردگرد کے ماحول میں ان الفاظ کا مطلب اور استعمال بچے کو بتاتے اور دکھاتے رہیں۔

ایک تھیلے یا ٹوکری میں اسطرح کی چیزیں بھی جمع کی جاسکتی ہیں جن کی لمبائی، موٹائی، وزن، وغیرہ میں مختلف درجے کا فرق ہو

5۔ مقدار بتانے والے الفاظ کا مطلب سمجھنا۔

سب یا سارا، بہت سا یا زیادہ، کم، تھوڑا سا، کچھ، زرا سا بالکل تھوڑا سا، پورا، آدھا، چوتھائی، وغیرہ

ایک بڑے پیالے میں کوئی بھی چیز (املی یا بیج یا لال لوبیا، وغیرہ) دو، تین، چھوٹی پلیٹیں ساتھ رکھیں۔ استعمال کئے ہوئے لفظ (بہت سا، تھوڑا سا، سب، وغیرہ) کے مطابق وہ چیزیں پلیٹ میں رکھنے کو کہیں۔ (ہر مہینے کے پروگرام میں بچے کی سیکھنے کی صلاحیت کے مطابق ہر قسم کے الفاظ کا مطلب سمجھنا شامل کریں پہلے بچہ نمبر 1 نمبر 2 پر دئے گئے کچھ الفاظ کا مطلب سمجھنا سیکھ لے تب بچے کو نمبر 5-4-3 پر دئے گئے الفاظ شروع کروائیں

6۔ پہلے 1-5 تک پھر 6-10 تک نمبر Match کرنا پہچاننا اور نام بتانا۔

پتلے مارکر سے 2 x 2 انچ کے کارڈ پر بڑا بڑا ایک سے دس تک نمبر لکھ کے دو سیٹ بنالیں تاکہ بچے کو پہلے میچ کرنے کے لئے دیں۔ جب میچ کروائیں تو کبھی نمبر ترتیب وار رکھیں اور کبھی ملا جلا کر (5 -2-4-1-3-) میچ کرواتے وقت نمبر کا نام لے کر دکھاتے اور بتاتے رہیں۔ اس کے بعد بچے سے پکارے ہوئے نمبر کا کارڈ اٹھانے کو کہیں۔ جب وہ نمبر اچھی طرح پہچاننے لگے تب اس سے دکھائے ہوئے نمبر کا نام بتانے کو کہیں۔

7۔ تعداد کا تصور (Counting)

چیزوں کو گن کر کتنے ہیں؟ کا جواب دینا۔ (مثلاً گن کر بتاؤ کہ کتنے لوگ بیٹھے ہیں؟۔ کتنے گلاس رکھے ہیں؟ وغیرہ) پہلے ایک سے پانچ، پھر ایک سے دس تک۔ بوتلوں کے ڈھکن یا کوئی بھی اصلی چیز پنسیل وغیرہ گنوائیں۔

نمبر لکھ کر بچے سے کہیں اتنے ہی O یا X کا نشان ہر نمبر کے سامنے بنائے۔

O یا X کا نشان مختلف لائینوں میں بنا کے دیں۔ بچہ گن کر اس کے سامنے نمبر لکھے۔

8۔ Idea of increase and decrease (نمبر کا بڑھنا اور گھٹنا)

ایک خاص تعداد میں رکھی ہوئی چیزوں میں (جیسے 4 بٹن رکھیں ایک اور ملا دیں تو اب کتنے ہوگئے۔ بچہ جواب دے۔ اسی طرح 1 اور ملاتے

جائیں اور 10 تک پوچھیں۔

اسی طریقے پر رکھی ہوئی چیزوں میں 1 نکال کر پوچھیں اب کتنے باقی بچے؟۔

کتاب میں تصویر نمبر 16 کی مشقیں استعمال کی جاسکتی ہیں۔

ایک سے دس تک نمبر لکھنا۔ (اس کے مرحلوں کی تفصیلات لیے Pre-Writing کا سیکشن دیکھیں۔

9۔ چیزوں کی اقسام کا تصور

چیزوں کی اقسام میں جانور، پھل، سبزی، روزمرہ استعمال کی چیزیں، برتن۔ بجلی سے چلنے والی چیزوں جیسی قسمیں آتی ہیں۔

تصویری کارڈ استعمال کریں (بازار سے مختلف چیزوں کے چارٹ لاکر کارڈ بنائے جاسکتے ہیں)۔

دو اقسام کے تصویری کارڈ ملا کر قسم کے مطابق الگ کرنے کو دیں (سبزی، پھل یا جانور)

تین چار اقسام کے کارڈ کو ملا کر قسم کے مطابق الگ کرنے کو دیں۔

روزمرہ ماحول میں اصلی چیزیں دکھا کر اقسام (فرنیچر، برتن، زیور، اوزار، وغیرہ) دکھاتے رہیں۔

10۔ بتائی ہوئی خصوصیات کی بنیاد پر چیزوں کو الگ کرنا۔ مثلاً

اُن چیزوں کے نام:۔

جو کچن یا کلاس روم میں استعمال ہوتی ہیں۔

جو بجلی یا بیٹری سے چلتی ہیں۔

دودھ دینے والے جانور۔

نقصان پہچانے والے جانور یا پالنے والے جانور وغیرہ۔ کتاب میں تصویر نمبر۔ 13 پر دی گئی مشقیں استعمال کریں۔

11۔ ہندسوں کا تصور (Number Concept) یعنی سنے یا دیکھے ہوئے نمبر سے تعداد کو سمجھ لینا۔

بچے کے سامنے دس بوتل کے ڈھکنے یا پنسلیں یا کوئی بھی چیزیں رکھیں۔ اور ایک سے دس تک نمبر (کبھی چار، کبھی دو، کبھی چھ بول کر اتنی چیزیں الگ رکھنے کو کہیں)۔

12۔ ایک ہی قسم کی چیزوں میں درجہ بندی (Classification)

جانور میں چوپائے، پرندے، چڑیاں، کیڑے الگ کرنا۔

پھلوں میں رس والے پھل اور گودے والے پھل الگ کرنا۔

فرنیچر میں بیٹھنے اور لیٹنے والے اور سامان رکھنے والے فرنیچر الگ کرنا۔

کلاس روم میں استعمال ہونے والے فرنیچر اور بیڈروم میں استعمال ہونے والے فرنیچر کا نام بتانا۔

13۔ موازنہ کرکے چیزوں کو ناپ تول، سائز، اونچائی، لمبائی وغیرہ کے حساب سے ترتیب وار رکھنا۔

سائز، چوڑائی، لمبائی، اونچائی اور مقدار میں پانچ چیزیں (مختلف اونچائی اور لمبائی، وغیرہ کی) بچے کو بڑھتی یا گھٹتی ہوئی ترتیب میں رکھنے کو

دیں۔

سب سے لمبی پینسل، اس سے کم لمبی، پھر اس سے کم لمبی، وغیرہ۔ (گھٹتی ہوئی ترتیب میں) کتاب میں تصویر نمبر 21 کی مشقیں استعمال کریں۔

14۔ ایک ہی وقت میں ایک سے زیادہ خصوصیات پر توجہ دے کر کام کرنا۔ (Multi dimensional Attention)

تین رنگوں کے موتی دو سائز میں اور دو شکلوں کے استعمال کریں۔ (گول اور چوکور)

بڑے لال موتی اور چھوٹے نیلے موتی الگ کرنا۔

بڑے لال چوکور موتی اور چھوٹے گول موتی الگ کرنا۔ چکنی مٹی سے موتی خود بنا کے تین رنگوں میں استعمال کئے جا سکتے ہیں۔

کتاب میں تصویر نمبر 8 پر دی گئی مشقیں استعمال کریں۔

16۔ دہائی اور اکائی کا تصور

دس کے نوٹ اور نو، ایک ایک کے سکے استعمال کیے جا سکتے ہیں۔

کتاب میں تصویر نمبر 17 اور 18 پر دی ہوئی مشقیں استعمال کریں۔

اکائی اور دہائی کے تصور کے لیے کتاب میں آخر میں دی ہوئی اکائی اور دہائی کی ورک شیٹ استعمال کریں۔ جو دہائی اور اکائی رکھنے والے نمبروں کو جوڑنا سکھاتے ہیں کتاب میں تصویر نمبر۔ 17-18 پر دی گئی مشقیں استعمال کریں۔

سنے ہوئے نمبر میں بچہ بتائے کہ کتنے دس ہیں (دہائی) کتنے ایک ہیں (اکائی)۔

دو دس میں ایک دس ملا دیں/ بڑھا دیں تو کتنا ہو جائے گا۔

دو دس میں ایک دس کم ہو جائے تو کتنا ہو گا وغیرہ۔

17۔ آگے آنے والا نمبر لکھنا۔ (پانچ کے بعد کیا آتا ہے۔)

5-----،3-----،7----- ☆

18۔ پہلے آنے والا نمبر (پانچ سے پہلے کیا آتا ہے)۔

------،5,------،6------3 ☆

19۔ کم اور زیادہ نمبر کا مطلب سمجھنا مثلاً 5 زیادہ ہے یا 8 وغیرہ۔

پہلے اصلی چیزوں میں دکھائیں کہ آٹھ، پانچ سے کس طرح زیادہ ہے۔ پھر کاپی میں لکھے ہوئے نمبر میں دیئے ہوئے نمبر پر زیادہ تعداد والے نمبر پر نشان لگانے کو دیں۔

5---------8

7---------2

کتاب میں تصویر نمبر 16 اور اُس کی مشقیں استعمال کریں۔

20۔ زبانی اور لکھ کر بھی جوڑنا، گھٹانا سیکھنا۔

بچے کو بتائیں کہ ہمیشہ زیادہ نمبر میں کم نمبر ملاتے ہیں۔ اس لئے کہ اس طرح آسانی سے جوڑا جاسکتا ہے۔ چاہے سوال یہ ہو کہ 4 میں 8 ملا دیں تو کتنا ہو جائے گا تب بھی جوڑتے وقت 8 سے آگے گنیں گے۔

25 اور 13 زبانی جوڑنے کے لئے پہلے اکائی جوڑ کے کاغذ پر لکھ لیں گے پھر دہائی جوڑ کر اکائی سے پہلے لکھ لیں گے جواب 38 آجائے گا

زباندانی کی نشوونما

عمر 2 سے 6 سال

زباندانی میں سنی یا پڑھی ہوئی باتوں کو سمجھنا (زبان فہمی) اور پوچھی ہوئی بات کا جواب دینا یا اپنا مدّعا دوسروں تک پہنچانا (عام بول چال) شامل ہیں۔

کیا سکھانا ہے

1۔ الفاظ کے ساتھ اشارے اور حرکات کو شامل کر کے آسان ہدایات پر عمل کرنا۔

مجھے دو، لے لو، پکڑو، رکھ دو، پھینکو، بیٹھ جاؤ، کھڑے ہو جاؤ۔ (چیز کا نام لیں) اٹھاؤ۔ کیسے کرنا ہے یہ بچے کو حرکات سے کر کے بتائیں۔

اسی طرح رکھ دو، ڈال دو، ہٹا دو، وغیرہ کا مطلب اور استعمال کرنا سکھاتے اور بتاتے رہیں۔ بچے سے پوچھیں بھی کہ وہ تصویر یا اصل میں دیکھی ہوئی حرکت کو لفظ میں بتائے۔

2۔ آسان سوالوں کا جواب اشارے سے دینا۔ (کیا، کہاں، کون۔)

یہ (چیز کا نام لے کر) کیا ہے؟ ابو کہاں ہیں؟۔ (جب وہ بچے کے آس پاس موجود ہوں)۔

3۔ اپنے جسم کے حصّے، روزانہ استعمال کی چیزیں (کھانے کی، پہننے کی، کھلونے اور جو چیزیں بچہ گھر میں روز دیکھتا ہے)۔ اشارہ سے دکھانا اور پھر یہ کیا ہے؟ پوچھنے پر اسکا نام بتانا۔ ساتھ ہی بچے کو چیزوں کا مصرف یا استعمال بھی بتاتے رہیں۔

مانوس اور آسان سے شروع کریں یعنی وہ چیزیں جو بچہ بہت زیادہ دیکھتا ہے اور اسکا نام سنتا ہے۔ (Annex A) پر دی ہوئی فہرست چند ان الفاظ (اسم، فعل) پر مشتمل ہے۔ جو بچہ دو سال کی عمر سے پانچ سال کی عمر تک سیکھتا جاتا ہے۔

4۔ آگے چل کر چیزوں کے الگ الگ حصوں کے نام بھی بتائیں۔

جیسے دروازے میں ہینڈل سٹکنی چوکھٹ یا موزے میں ایڑی پنجہ اُوپر کا کھلا ہوا حصّہ وغیرہ بتائیں۔

ہر ہفتے ہر طرح کے الفاظ پر مشتمل 10-15 لفظوں کا مطلب سمجھنا پروگرام میں شامل کریں۔ والدین کو بھی انہیں الفاظ کی فہرست لکھ کر بھجیں تا کہ وہ ان الفاظ کا استعمال چیز کو دکھا کر بار بار بچے کے ساتھ کرتے رہیں۔

5۔ ایک رکنی ہدایت سے شروع کر کے دو۔ تین رکنی ہدایت کو سن کر سمجھ کر اس پر عمل کرنا۔

دس بارہ جانی پہچانی چیزیں بچے کے سامنے رکھیں۔ دو رکنی ہدایت۔ چمچہ اُٹھا کر پلیٹ کے اُوپر رکھ دو۔ کنگھا اُٹھا کر بال بنا لو۔ جگہ بتانے والے الفاظ اس مشق میں بچے کو (اُوپر، نیچے، اندر، قریب۔ دور۔ ملا کے وغیرہ) کو بھی سمجھنا سکھائیں۔

تین رکنی ہدایت کی مثال۔۔۔۔ پنسلیں ڈبے کے اندر رکھ دو ڈبہ اُٹھا کر اپنے بیگ کے اندر رکھ دو بیگ اُٹھا کر کمرے میں رکھ آو۔

"بادشاہ کہتا ہے کا کھیل کھیلیں یعنی "بادشاہ کہتا ہے۔۔۔۔ اپنی ناک پکڑو۔۔۔۔ میری ناک پکڑو، ہاتھ سر پر رکھو پنسل ڈبے میں رکھ کر۔ ڈبہ الماری میں رکھ دو اور الماری بند کرو، وغیرہ۔

6۔ ۔ دو یا تین لفظی جملوں کا استعمال۔

اگر بچہ اشارے سے یا ایک لفظ کو مختلف مطلب ادا کرنے کے لئے استعمال کرے تو اسے پورا جملہ (دو تین لفظوں کا) بول کر بتائیں۔
مثلاً (چیز کا نام) چاہیے، ابو کا جوتا ہے، یہ چاقو ہے، اس سے کاٹتے ہیں، وغیرہ۔

7۔ یہ کیا ہے؟ اور اس سے کیا کرتے ہیں؟ کا جواب دینا (اگر بچہ بول سکتا ہے ورنہ اشارے سے استعمال کر کے بتانا سکھائیں)۔

پہلے اصلی چیزیں استعمال کریں پھر تصویریں۔ جن چیزوں سے بچہ مانوس ہے اور روز دیکھتا ہے یا سنتا ہے۔ ان الفاظ سے شروع کریں۔
چیز کا نام بتانے کے بعد اُس کا استعمال بھی بتائیں جیسے یہ گلاس ہے اس میں پانی پیتے ہیں یہ پنسل ہے اس سے لکھتے ہیں۔

8:۔ Pronoun کا استعمال

یہ کس کا ہے؟ کے جواب میں میرا، تمہارا، ہم سب کا، اس کا، آپ کا، یا یہ کس نے کیا؟ (میں نے، تم نے، ہم نے)، وغیر۔

9:۔ فعل حال کا استعمال

اردگرد مختلف کام کرتے ہوئے (کھاتے ہوئے، لکھتے یا پڑھتے، کھیلتے وقت کوئی سو رہا ہو) لوگوں کے لیے پوچھیں؟ (شخص کا نام لے کر) کیا کر رہا ہے یا کر رہی ہے؟ بچے کو اُکسائیں کہ پورے جملے میں بتائے۔۔۔۔ کھانا کھا رہی ہے۔۔۔۔ سو رہا ہے۔۔ وغیرہ۔
اسی طرح تصویر دکھا کر اس میں نظر آنے والے عمل کے متعلق سوال کریں۔ مختلف عمل اور حرکات کی تصویر کھینچ کر البم بنا کر اُس میں تصویریں دکھا کر بچے سے سوال کریں، اگر بچہ نہ بتائے تو خود بتاتے رہیں۔ اُس کے بعد بچے سے پوچھیں۔۔۔۔ "یہ کیا کر رہا ہے یا کر رہی ہے؟"

10:۔ " کہاں " کے سوالات کا جواب دینا۔

ایک ڈبہ ایک پیالی اور ایک پلیٹ بچے کے سامنے رکھیں۔ بچے کی پسند کی دو یا تین چیزیں کبھی ڈبہ کے اندر کبھی پلیٹ پر کبھی پیالی کے اندر ڈالیں۔۔۔ (چیز کا نام) کہاں ہے؟ کے جواب میں بچہ تین چار لفظی جملے میں جواب دے۔ (جیسے پنسیل کہاں ہے؟ کے جواب میں بچہ جواب دے پنسیل ڈبے میں ہے کتاب کے اُوپر ہے وغیرہ۔)

11:۔ ماحول میں عام سنی جانے والی آوازوں کو پہچاننا۔

بچہ صرف آواز سنے، چیز کو نہ دیکھے اور بتائے یہ کس چیز کی آواز ہے۔ کتاب میں تصویر نمبر 30 کی مشقیں استعمال کی جا سکتی ہیں۔
ریڈیو پاکستان سے ماحول کی مختلف آوازیں (ٹیلی فون کی گھنٹی۔ دروازہ بند ہونا۔ پانی نل سے گرنا۔ کاغذ کا پھاڑنا اور مختلف جانوروں کی آوازیں وغیرہ) ٹیپ کر لیں۔ شروع میں بچے کو ایک وقت میں ایک آواز سنائیں اور پوچھیں یہ کس چیز کی آواز ہے؟۔ پھر دو اور تین آوازیں ایک وقت میں سنائیں اور پوچھیں
کہ اس نے سب سے پہلے کیا سنا پھر کیا اور پھر کیا سنا؟۔

12۔ ایک سے زیادہ چیزوں کے لئے جمع کے صیغے کا استعمال سکھائیں اردگرد مختلف چیزوں میں ایک چیز اور پھر کئی چیزوں کے لئے استعمال ہونے والے الفاظ بچے کو بتاتے رہیں اور پھر پوچھتے رہیں۔

13۔ چیز کا صرف مصرف یا اسکی دوسری تفصیلات بتائی جائیں تو اس چیز کو پہچاننا۔

بہت ساری (دس یا اس سے زیادہ) تصویروں میں کسی ایک تصویر کا مصرف/ استعمال سنکر بچہ تصویر پہچانے۔ اور اشارے سے دکھائے۔ (مثلاً وہ چیز دکھاؤ جس میں ہم چائے پیتے ہیں۔ یا وہ جانور دکھاؤ جو میاؤں میاؤں بولتا ہے۔ وغیرہ) کتاب میں تصویر نمبر 11 کی لئے دی گئیں مشقیں استعمال کریں۔

14:۔ لڑکی اور لڑکے، مرد اور عورت کو پہچاننا اور ان الفاظ کا مطلب سمجھنا۔

اردگرد دکھاتے اور بتاتے رہیں۔ بھائی لڑکا ہے اور بہن لڑکی ہے۔ دادا مرد ہیں۔ اور دادی عورت ہیں وغیرہ)۔

15:۔ فعلِ ماضی کا استعمال کسی حد تک کرنا۔

بچے کو کل کے واقعات تجربات بتائیں اور پھر پوچھیں (کل کیا کھایا تھا؟ کہاں گئے تھے؟۔ وغیرہ) چھوٹی کہانیاں سنا کر بھی اس پر آسان سوالات پوچھتے رہیں۔

16:۔ ملکیت بتانے کے لئے صحیح الفاظ کا استعمال کرنا۔

یہ کس کا جوتا ہے؟ یہ ابو کا جوتا ہے۔ یہ میرا تکیہ ہے۔ وغیرہ۔

17:۔ چیزوں کو اقسام سے پہچاننا (کھلونا، کھانے کی چیزیں، پہننے کی چیزیں، پھل، سبزی جانور، برتن اور اوزار، وغیرہ)۔ تصویری کارڈ دو اقسام کے پھر چار اقسام کے پھر پہننے کی چیزیں، پھل اور سبزی وغیرہ)۔ تین چار اقسام کے ملا کردیں۔ اور قسم کے مطابق الگ رکھوائیں۔

اردگرد کے ماحول میں بھی چیزوں کی قسم (کپڑے۔ برتن فرنیچر۔ زیوار وغیرہ) کے حوالے سے بتاتے رہیں۔

18:۔ کرسکتا ہوں اور کرونگا کا استعمال کرنا۔

ماحول میں موجود صورتِ حال یا سرگرمی کے حوالے سے " کرسکتے ہو؟"یا" کروگے؟" کے سوال کر کے بچے کی طرف سے جواب دیں۔

ہاں میں کرسکتا ہوں۔ یا کل بازار جاؤں گا۔ بچے کو اُس وقت دہرانے کو نہ کہیں بار بار سننے دیں۔

19:۔ چھوٹی چھوٹی کہانیاں (5 منٹ دورانیہ کی) دھیان سے سننا اور اس پر کیا، کہاں، کون، کیسے، کا جواب دینا۔

تصویری کہانیوں کی کتاب استعمال کریں یا اپنی کہانی خود بنائیں جن میں ان سوالات کا جواب پوچھا جاسکے۔

20:۔ باقاعدہ اور صحیح طریقے سے فعلِ حال، ماضی اور مستقبل کے مختلف صیغوں کا استعمال کرنا۔

13۔ چیز کا صرف مصرف یا اسکی دوسری تفصیلات بتائی جائیں تو اس چیز کو پہچاننا۔

بہت ساری (دس یا اس سے زیادہ) تصویروں میں کسی ایک تصویر کا مصرف/استعمال سنکر بچہ تصویر پہچانے۔ اور اشارے سے دکھائے۔ (مثلاً وہ چیز دکھاؤ جس میں ہم چائے پیتے ہیں۔ یا وہ جانور دکھاؤ جو میاؤں میاؤں بولتا ہے۔ وغیرہ) کتاب میں تصویر نمبر 11 کی لئے دی گئیں مشقیں استعمال کریں۔

14:۔ لڑکی اور لڑکے، مرد اور عورت کو پہچاننا اور ان الفاظ کا مطلب سمجھنا۔

اردگرد دکھاتے اور بتاتے رہیں۔ بھائی لڑکا ہے اور بہن لڑکی ہے۔ دادا مرد ہیں۔ اور دادی عورت ہیں وغیرہ)۔

15:۔ فعلِ ماضی کا استعمال کسی حد تک کرنا۔

بچے کو کل کے واقعات تجربات بتائیں اور پھر پوچھیں (کل کیا کھایا تھا؟ کہاں گئے تھے؟۔ وغیرہ) چھوٹی کہانیاں سنا کر بھی اس پر آسان سوالات پوچھتے رہیں۔

16:۔ ملکیت بتانے کے لئے صحیح الفاظ کا استعمال کرنا۔

یہ کس کا جوتا ہے؟ یہ ابو کا جوتا ہے۔ یہ میرا تکیہ ہے۔ وغیرہ۔

17:۔ چیزوں کو اقسام سے پہچاننا (کھلونا، کھانے کی چیزیں، پہننے کی چیزیں، پھل، سبزی جانور، برتن اور اوزار، وغیرہ)۔ تصویری کارڈ دو اقسام کے پھر چار اقسام کے پھر پہننے کی چیزیں، پھل اور سبزی وغیرہ)۔ تین چار اقسام کے ملا کر دیں۔ اور قسم کے مطابق الگ رکھوائیں۔ اردگرد کے ماحول میں بھی چیزوں کی قسم (کپڑے۔ برتن فرنیچر۔ زیوار وغیرہ) کے حوالے سے بتاتے رہیں۔

18:۔ کرسکتا ہوں اور کرونگا کا استعمال کرنا۔

ماحول میں موجود صورتِ حال یا سرگرمی کے حوالے سے "کر سکتے ہو؟" یا" کرو گے؟" کے سوال کر کے بچے کی طرف سے جواب دیں۔ ہاں میں کرسکتا ہوں۔ یا کل بازار جاؤں گا۔ بچے کو اُس وقت دہرانے کو نہ کہیں بار بار سننے دیں۔

19:۔ چھوٹی چھوٹی کہانیاں (5 منٹ دورانیہ کی) دھیان سے سننا اور اس پر کیا، کہاں، کون، کیسے، کا جواب دینا۔

تصویری کہانیوں کی کتاب استعمال کریں یا اپنی کہانی خود بنائیں جن میں ان سوالات کا جواب پوچھا جا سکے۔

20:۔ با قاعدہ اور صحیح طریقے سے فعلِ حال، ماضی اور مستقبل کے مختلف صیغوں کا استعمال کرنا۔

ہم دن میں جاگتے ہیں اور رات میں ۔۔۔۔

درخت اونچا ہوتا ہے اور پودا ۔۔۔۔۔۔۔۔

26:۔ بچہ تصویریں دیکھ کر چھوٹی کہانیاں سنائے۔

بچے کے سامنے تین چار ایسی تصویریں رکھیں جس سے کوئی ایک چھوٹا سا واقعہ بن رہا ہو۔ پہلے بچے کو خود تصویروں کو ترتیب وار بیان کر کے کہانی یا واقعہ بتائیں پھر بچے سے بتانے کو کہیں۔ مثلاً

تصویر نمبر 1:۔ بچہ سڑک کے کنارے کھڑا ہے جہاں گاڑیاں گزر رہی ہیں۔

تصویر نمبر 2:۔ اب سڑک پار کرنا شروع کیا ہے۔

تصویر نمبر 3:۔ گاڑی سے ٹکر لگی۔

تصویر نمبر 4:۔ گر پڑا ہے۔

تصویر نمبر 5:۔ دو لوگ اُٹھا کر کھڑی ہوئی گاڑی کی طرف لے جا رہے ہیں۔ (تین چار تصویری کارڈ کی کہانیاں بنائی جا سکتی ہیں)۔

27:۔ اسی طرح کی تصویروں میں ترتیب وار واقعات کو دیکھنا۔

یہی تصویری کارڈ بچے کو ملا کر کے دے دیں اور اس سے کہیں کہ اس کو اس ترتیب میں رکھے جس میں وہ واقعہ پیش آیا۔

28:۔ ایک ہی لائن میں چار بنی ہوئی تصویروں میں تین تصویریں ایک قسم کی اور چوتھی بالکل الگ طرح کی دکھائی جائیں تو یہ بتانا کہ کون سی تصویر بالکل فرق ہے اور یہ بھی بتانا کے باقی تین تصویریں کس طرح ایک جیسی ہیں۔

مثلاً تین جانوروں اور ایک برتن کی تصویر (مزید مثالوں کے لیے کتاب میں تصویر نمبر 26 پر دی گئی مشقیں)

29:۔ ایک ہی طرح کی آواز دینے والے الفاظ۔

مثلاً کام کے ساتھ کون سے الفاظ جائیں گے ۔۔۔۔ نام، دام، آم وغیرہ۔ گول۔ تول۔ جھول۔ مول وغیرہ جالی کے ساتھ جانے والے الفاظ نالی، تالی، مالی، بالی وغیرہ۔

30:۔ اپنا پتہ اور ٹیلی فون نمبر بتانا سکھائیں۔

31:۔ خصوصی الفاظ کا صحیح استعمال کرنا۔

مثلاً کہیں سے گزر کر، تھوڑا ہٹ کر۔ اس کی طرف جاتے ہوئے۔ برابر والی لائن یا گلی میں وغیرہ۔

32:۔ الفاظ کی ضد بتانا مثلاً گرم، ٹھنڈا۔ رات، دن۔

گندا، صاف۔ وغیرہ۔

33:۔ ایسے سوالات کا جواب دینا جس میں ایک عمل کا نتیجہ پوچھا جائے۔

مثلاً کیا ہوگا اگر انڈا تمھارے ہاتھ سے گر جائے یا شیشے کا گلاس ہاتھ سے گر جائے یا چاقو سے ہاتھ کٹ جائے۔

ذاتی دیکھ بھال

(اپنے روزمرہ کے کام کرلینا)

☆ جوتا اتارنا۔

☆ گلاس پکڑ کر پانی پینا۔

☆ دو سائز بڑا جوتا پہننا۔

☆ روٹی کے چھوٹے ٹکڑے کرکے دیں تو سالن یا سبزی لگا کر کھانا۔

☆ پیشاب یا potty کے لیے اشارہ کرنا/بتانا۔

☆ صابن لگا کر ہاتھ دھونا (بہت باقاعدہ طور پر نہیں)۔

☆ تولیہ کوئی دوسرا سامنے کرے تو ہاتھ پوچھ لینا۔

☆ نل کھولنا اور بند کرنا۔

☆ نیکر یا شلوار دوسرے نے پکڑی ہو تو اس میں صحیح طریقہ سے پیر ڈالکر شلوار اوپر کرنا۔

☆ موزہ پہننا (ایک سائز بڑا)۔

☆ چمچے سے کھیر خود کھانا (بہت باقاعدہ طور پر نہیں)۔

☆ روٹی اور سالن خود کھالینا۔

☆ کہنے پر چیز کو بتائی ہوئی جگہ پر رکھنا۔

☆ بیت الخلاء جانے کے لیے صحیح وقت پر بتانا۔ پاٹ پر خود بیٹھنا۔

☆ کوئی دوسرا پانی ڈالے تو پاٹی کرنے کے بعد اپنے کو صاف کرنا۔

☆ منہ اور ہاتھ خود دھونا اور تولیہ سے پوچھنا۔

☆ دانت برش کرنا۔

☆ کپڑے خود اتارنا۔

☆ کنگھے سے بال بنانے کی کوشش کرنا۔

☆ شلوار/پینٹ اور قمیض تھوڑی مدد سے پہننا۔

☆ پہنے ہوئے کپڑے کی زپ کھولنا اور بند کرلینا۔

☆ سامنے رکھے ہوئے کپڑے کے بڑے بٹن (تھوڑے ڈھیلے کاج کے ساتھ) کھولنا۔

☆ عام جوتا خود پہن لینا (فیتے والا نہیں)۔

☆ ہلکے پیالے اور پلیٹ میز یا دسترخوان پر رکھنا۔

☆ چمچے سے بغیر گرائے ہوئے تھوڑی گاڑھی چیز کھانا۔

☆ کچھ مدد کے ساتھ خود نہالینا۔

☆ کپڑے خود پہن لینا۔

☆ پہنے ہوئے کپڑے کے بٹن کھولنا۔

☆ پیالے سے سبزی یا سالن اپنی پلیٹ میں نکالنا۔

☆ Potty کے بعد چھوٹا لوٹا استعمال کر کے خود سے دھولینا۔

☆ چھوٹے جگ یا بوتل سے گلاس میں پانی یا شربت انڈیلنا۔

☆ گھر کے عام کاموں میں تھوڑی بہت مدد کرنا۔ (چیزیں لے آنا اور رکھ آنا، چھوٹے کپڑے تہہ کرنا وغیرہ)

☆ چھوٹی ٹرے میں چند چیزیں مہمانوں کو پیش کرنا۔

☆ بالوں میں شیمپو خود ملنا اور دھونا۔ (تھوڑی مدد کے ساتھ)۔

☆ پہنے ہوئے کپڑے کے بٹن بند کرنا۔

☆ موقع اور موسم کے لحاظ سے اپنے لئے کپڑوں کا انتخاب کرنا۔

☆ پڑوس میں (سوگز کے فاصلے تک) جانا اور واپس آنا۔

☆ سکھانے پر سڑک پار کر سکنا۔ (زیادہ ٹریفک والی نہیں)۔

☆ ہتھوڑی یا پیچ کس کا معمولی استعمال۔

ذاتی دیکھ بھال کے کاموں میں زیادہ تر جسم کے جوڑوں اور پٹھوں کا ضرورت کے مطابق مربوط استعمال درکار رہے۔

مندرجہ ذیل مشقیں جوڑوں اور پٹھوں کے مربوط استعمال کو آگے بڑھائیں گی۔

(1) بچے کے قد و قامت کی مناسبت سے کرسی پر بٹھائیں۔ کبھی دائیں اور کبھی بائیں طرف اور سامنے کوئی چیز رکھیں جو بچہ جھک کے اُٹھائے۔

(2) بچے کو چٹائی یا زمین پر بٹھائیں۔ سامنے۔ پیچھے دائیں، بائیں پہلے قریب چیزیں رکھ کر اُٹھوائیں۔ پھر چیز ذرا دور کر دیں تاکہ چیز اُٹھانے کے لئے اسے اپنے جسم کو جھکانا اور موڑنا ہو۔

(3) بچے کو کبھی کھڑا کر کے اور کبھی بیٹھے ہوئے، سامنے دونوں ٹانگیں پھیلا کر۔ داہنے ہاتھ سے بائیں پیر کی انگلیاں اور بائیں ہاتھ سے داہنے پیر کی انگلیاں چھونے کو کہیں۔

(4) P.T کی ساری بنیادی مشقیں۔

(5) دو لکیروں کے بیچ میں چلنا۔ دو لکیروں کا فاصلہ 15-18 انچ رکھیں رفتہ رفتہ کم کرتے جائیں (8 انچ تک لے جائیں)۔

کتاب میں تصویر نمبر۔ 9-4-3-1 کے لئے دی گئی مشقیں بہت مدد دیں گی۔

(6) لکیر پیر کی انگلیوں کو ایڑی کے پچھلے حصہ سے ملا کر چلنا۔

(7) ہاتھ میں ہلکی ٹوکری یا باسکٹ لیکر سیدھی لکیر پر دو دو گز کے فاصلے پر رکھی ہوئی چیزیں اُٹھا کر ٹوکری میں ڈالتے ہوئے چلتے جانا۔

(8) 9X5 انچ کی تھیلی میں گھنگھرو یا چنے وغیرہ ڈال کر دروازے کی چوکھٹ پر بچے کے قد کی سطح پر ٹانگ دیں۔ بچہ ایک تھیلی کو داہنے ہاتھ سے زور سے مارے اور دوسری کو بائیں ہاتھ سے۔ یہ مسلسل عمل کی صورت میں ایک کھیل بن جائے گا۔

کتاب میں تصویر نمبر -12-24-31 پر دی گئی مشقیں کندھے سے لیکر انگلیوں تک کے تمام جوڑوں اور پٹھوں کے مہارت کے ساتھ استعمال کی نشو ونما میں بہت زیادہ مدد دیں گی۔

عام معلومات (General Knowledge)

☆ اپنا پورا نام بتانا

☆ والد اور والدہ کا نام بتانا

☆ عام رشتوں کی پہچان (دادی، ابا کی امی ہوتی ہیں۔ چچا، ابا کے بھائی وغیرہ)

☆ گھر کا پتہ اور ٹیلی فون نمبر

☆ اپنے شہر کا نام اور اسکے خاص محلّوں کے نام (یعنی شہر اور محلّوں کا تصور)

☆ آس پاس کے شہروں کے نام (یعنی شہر کا تصوّر)

☆ ملک کا نام

☆ پڑوسی ملکوں کے نام (یعنی ملک کا تصوّر)

☆ سال کے چار موسموں کے نام

☆ ہفتے کے دنوں کے نام

☆ سال کے مہینوں کے نام

☆ اسلامی مہینوں کے نام

عوامی خدمات کے ادارے

نوٹ:۔ (نیچے دی ہوئی جگہیں بچے کو لے جا کر دکھائیں، اور اسکی خاص تفصیلات، یعنی مخصوص کاؤنٹر وغیرہ دکھائیں اور بتائیں)۔

☆ بینک

☆ پوسٹ آفس۔ ڈاکخانہ

☆ ریلوے اسٹیشن

☆ ایئرپورٹ۔ ہوائی اڈہ

☆ دکانیں (دوائیوں کی دکان، جنرل اسٹور، کپڑوں کی دکان، جوتوں کی دکان، بیکری الیکٹرونکس کی دکان، دودھ کی دکان وغیرہ)۔

تفریحی مقامات

☆ پارک (الہ دین پارک، سفاری پارک)

☆ سمندر

☆ ہوٹل

سواریاں اور ان کا مصرف / مقصد بتائیں

☆ (رکشہ، سائیکل، کار، بس، اسکوٹر، جیپ، ٹرک، وغیرہ۔)

نوٹ:۔ جب بچے کو لیکر باہر جائیں تو سڑک پر ان سواریوں کے نام بتائیں اور خود پوچھیں۔ سواریوں کا مصرف / مقصد بتائیں (یعنی سامان یا لوگوں کو ایک جگہ سے دوسری جگہ لے جانا)۔ ان سواریوں میں ایک جیسی چیزیں اور فرق بتاتے اور دکھاتے رہیں۔ مثلاً ہر سواری میں دو سے لیکر چار تک پہیے ہیں جب کہ بس یا ٹرک وغیرہ میں اس سے بھی زیادہ پہیے ہوتے ہیں۔ اسکوٹر اور سائیکل کا بنیادی فرق۔ ایک بغیر ایندھن کے نہیں چل سکتی جب کے دوسری پیر سے پیڈل گھما کے چلتی ہے۔

پاکستان کے بارے میں عام معلومات

☆ جھنڈا

☆ قومی ترانہ

☆ صوبوں اور بڑے شہروں کے نام

☆ دارالخلافہ کا نام

☆ وزیر اعظم اور پر صدر کے نام

☆ صوبے کے گورنر اور وزیر اعلیٰ کا نام

☆ دریاؤں کے نام

☆ سمندر کا نام

☆ خاص فصلیں

☆ قائداعظم اور ان کے چند قریبی ساتھیوں کے بارے میں بنیادی معلومات

(پاکستان کا بڑا سا نقشہ کلاس یا گھر میں لگائیں۔ اس میں صوبے۔ دریا اور فصلیں وغیرہ دکھائیں)۔

☆ پاکستان اور قائداعظم کے بارے میں تصویری چارٹ کلاس میں لگائیں۔ خصوصاً یومِ پاکستان اور یوم آزادی کی چھٹی سے دو ہفتے پہلے بچوں کو بنیادی معلومات پر سوالات کے جوابات سکھائیں۔ سوالات کے جوابات والدین کو دیں کہ وہ بچوں کو جواب دینا سکھائیں۔ پھر بچوں میں زیادہ صحیح جوابات دینے کا مقابلہ کروائیں۔

i

زبان دانی بڑھانے کیلیئے آسان سے مشکل کی طرف جاتے ہوئے بنیادی الفاظ کی فہرست کا ایک نمونہ

جسم کے حصّوں کے نام (آسان سے مشکل کی طرف)

ہاتھ	کان	گھٹنے	کلائی
آنکھیں	بال	اُنگلیاں	شانے
ناک	زبان	انگوٹھا	کندھے
منہ	دانت	تلوہ	کمر
پاؤں	پیٹ	بازو	بغل
سر	گردن	ہتھیلی	ٹخنہ
گال	ہونٹ	گدّی	پنڈلی

روزمرہ استعمال کی اشیاء:

گلاس	موزہ	کرُتا (کالر۔ بٹن۔ کف کاج پٹی)	بلّہ
چمچہ	ٹوپی	پاجامہ (پائنچہ۔ نیفہ)	ہاکی
کنگھا	برش۔ ٹوتھ پیسٹ	پینٹ (زپ۔ پلیٹ۔ جیب)	گاڑی
بستر۔ تکیہ۔ چادر۔	صابن۔ نل۔ پانی۔ تولیہ۔	سوئیٹر (آستین۔ گلا)	آئینہ
گیند	گڑیا	کرسی۔ صوفہ۔	جگ
پیالا یا پلیٹ	قمیض (گلا۔ آستین۔ دامن)	میز	دراز
دروازہ (ہینڈل۔ چٹخنی)	ٹی وی	دیگچی۔ ڈھکن۔ کف گیر	ٹیوب لائٹ
کھڑکی (جالی۔ گرل۔)	فریج	پٹرہ۔ بیلن۔ چمٹا	موم بتی
پنکھا (سوئچ یا بٹن)	استری	فرائی پین۔ کڑاہی	گاڑی
قالین۔ دری۔ چٹائی	گھڑی	توا۔ پرات۔ چھلنی	بلب
الماری			

نوٹ: پہلے چیز کا نام آگے چل کر اسکے حصوں کے نام بتائیں۔

ii

کام کرنا بتانے والے الفاظ (فعل)

آؤ	بیٹھ جاؤ	خالی کرو	پی لو
جاؤ	صاف کرو	پھینک دو	کھالو
اُٹھاؤ	کھڑے ہو جاؤ	دھولو	پونچھ لو
رکھ دو	کھینچ لو	پکڑو	نہالو
چھوڑ دو	چڑھو	چھوڑو	کنگھا کرو یا بال بناؤ
دے دو	اندر ڈالو	قریب کردو	سونگھو
یہاں دیکھو	باہر نکالو	دور کردو	کاٹو
رونا بند کرو	کھول دو	بتاؤ	پھاڑو
ہنسو	بند کرو	بولو	ہٹادو
سو جاؤ	اُنڈیلو	لے آؤ	باندھو
اُٹھ جاؤ	بھر دو	دکھاؤ	کھولنا/بند کرنا
کوُدنا	مُڑ کر دیکھو	سیدھے ہو جاؤ	رُکو
اوپر کرو	لکھو	دوڑو	نیچے کرو
جُھکو	پڑھو	رک جاؤ	مڑ کے دیکھو
مُڑ کر دیکھو	چلو	مت کرو	لادو

ANNEX.B

i

اجتماعی کھیل اور گانے

کھیل (دو لوگوں کے کھیل)

1۔ "ایک جیسی دو تصویروں کی جوڑی بنانا"

جانوروں، پھولوں، سبزیوں یا مختلف ممالک کے جھنڈوں کے دو دو اسٹکر چارٹ بازار سے خرید لیں۔ موٹے کاغذ کے چھوٹے کارڈ کاٹ کے ہر طرح کی تصویروں کے دو سیٹ بنا لیں۔ چھ سات سے لے کر 20 تصویروں کا یک ایک سیٹ دونوں بچے لے کر کارڈ اپنے سامنے پھیلا کر رکھ لیں۔ باری باری ہر بچہ ایک تصویر اُٹھا کر بیچ میں رکھے دوسرا بچہ جلدی سے اپنے پاس سے ویسی ہی تصویر اُٹھا کر جوڑی بنا دے اور اُٹھا کے اپنے پاس رکھ لے۔

2۔ "مختلف پیشوں سے متعلق کھیل" (دو یا اس سے زیادہ بچے کھیل سکتے ہیں)۔

ایک بچہ کہے "چینی کی پلیٹ میں لیموں کا اچار ہے آ جا بھئی ڈاکٹر تیرا انتظار ہے"۔ (مختلف پیشوں کا نام لیکے اسی طرح کریں)۔ دوسرا بچہ آ کے اسی پیشے سے متعلق کچھ ایکشن کر کے دکھاتا ہے۔

3۔ "الفاظ کی بیت بازی" (حروف کی آواز سن کے الفاظ بتانا)۔

ایک بچہ کوئی لفظ کہتا ہے وہ لفظ جس آواز پر ختم ہو دوسرا بچہ اس آواز سے شروع ہونے والا کوئی لفظ کہتا ہے۔ اب پھر پہلے بچے کی باری ہے وہ لفظ جس آواز پہ ختم ہوا اس سے کوئی نیا لفظ بتاتا ہے۔ (مثلاً کان۔۔۔ ناک۔۔۔ کُتّا۔۔۔ انار وغیرہ)

یہ کھیل کسی ایک زمرہ میں آنے والے الفاظ کا بھی کھیلا جا سکتا ہے۔ مثلاً لوگوں کے نام۔ جانوروں سبزیوں کے نام وغیرہ۔ (اس سے حروف کی آوازوں یعنی صوتی ادراک کی نشو و نما ہوگی)

4۔ " ڈاکو پکڑا گیا " (دہائی کا تصور یعنی 10۔ 20۔ 30۔ 40 وغیرہ کا تصور دینے کے لئے)

یہ کھیل چار یا اس سے زیادہ بچے مل کر کھیلتے ہیں دو بچے ایک دوسرے کا ہاتھ اوپر کر کے پکڑ لیتے ہیں نیچے سے ایک ایک بچہ گزرتا جاتا ہے اور دونوں بچے یہ گانا گاتے جاتے ہیں۔

ii

چائے کی پیالی پوشم پوشم پوش
بنگلے کا تالہ ٹوٹ گیا
30 روپے کی گھڑی چرائی
اب تو ڈاکو پکڑا گیا

"اب تو ڈاکو پکڑا گیا" کہتے ہوئے دونوں بچے گھومتے ہوئے بچوں میں سے جو بھی ہاتھ کے نیچے ہوا اسے پکڑ لیتے ہیں۔ مختلف چیزوں کے نام لیں۔ اور دہائی میں رقم بتائیں جیسے دس روپے کا گلاس چرایا، بیس روپے کا قلم چرایا وغیرہ۔ بچے اگر نہ گا سکیں تو کوئی اور یہ گا سکتا ہے یا ریکارڈ کر کے کیسٹ پلیئر پر بجایا جا سکتا ہے۔

iii

نظمیں اور گانے

(1)

مِری ناک غائب ہوگئی
اب ناک کہاں ہے میری؟
لو ناک پھر سے آگئی
یہ آپکی ناک یہ میری
مِرے ہاتھ غائب ہوگئے
اب ہاتھ کہاں ہیں میرے؟
لو ہاتھ پھر سے آگئے
یہ آپ کے ہاتھ یہ میرے
(اسی طرح جسم کے مختلف حصوں کے نام کے ساتھ گائیں)

(2)

ایک۔ دو۔۔۔۔ سنتے ہو
تین۔ چار۔۔۔۔ آؤ یار
پانچ۔ چھ۔۔۔۔ کہتے تھے
ساتھ۔ آٹھ۔۔۔۔ کھولو گانٹھ
نو۔ دس۔۔۔۔ روکو بس

(3)

سبزیوں کے نام
سبزی والا آیا ہے
پیاز اور آلو لایا ہے
بھنڈی ساگ ٹماٹر لو
کھیرے لو اور گاجر لو
بینگن شلجم مولی بھی ہے
ہری مٹر اور گوبھی بھی ہے

(4)

دھوبی آیا کپڑے لایا
کتنے کپڑے لایا؟
ایک۔ دو۔ تین
چار۔ پانچ۔ چھ
سات۔ آٹھ۔ نو
دس اور بس

(5)

خوش ہو کے تالی بجاؤ
سب مل کر گانا گاؤ
خوش ہو کے ناک پکڑو (دہرائیں)
سب مل کر تالی بجاؤ
(اسی طرح جسم کے مختلف حصوں کے نام لیکر گائیں)

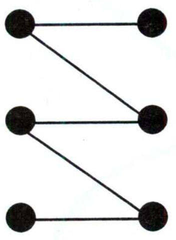
(6)

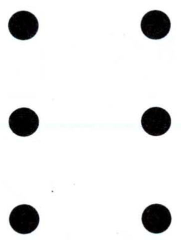
پانچ چوہے گھر سے نکلے کرنے چلے شکار
ایک چوہے کو آ گئی کھانسی باقی رہ گئے چار
چار چوہے موج میں آ کر لگے بجانے بین
ایک چوہے کو لگ گئی چوٹ باقی رو گئے تین
تین چوہے ڈر کر بولے گھر کو بھاگ چلو
ایک چوہے نے بات نہ مانی باقی رہ گئے دو
دو چوہے جو رہ گئے باقی دونوں ہی تھے نیک
ایک چوہے کو کھا گئی بلی باقی رہ گیا ایک
ایک چوہا جو رہ گیا باقی اس نے کر لی شادی
بیوی اسکو ملی لڑاکا یوں ہوگئی بربادی

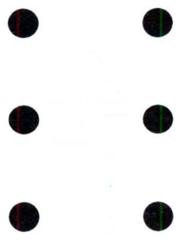
i

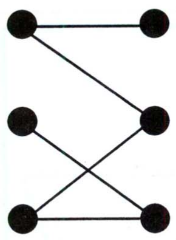
ورک شیٹ

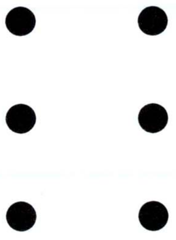
نقطے ملانا

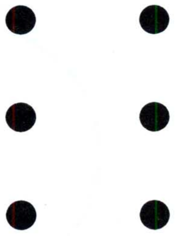


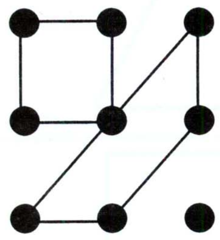


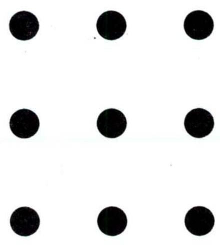


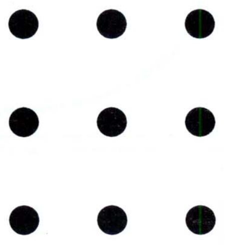


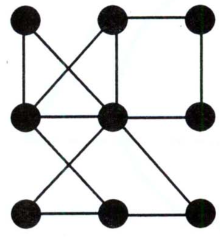


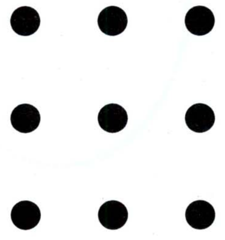


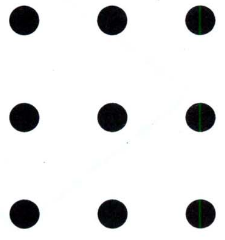


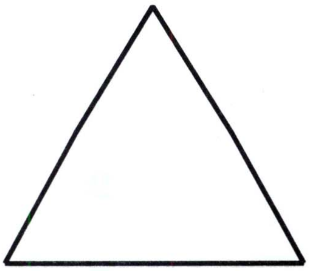


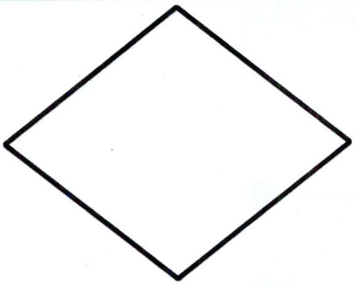


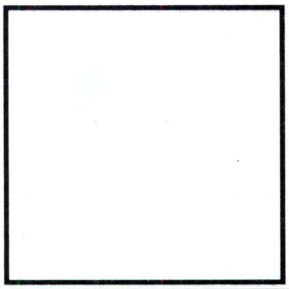


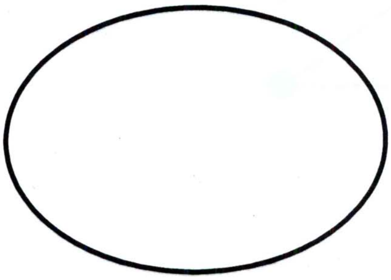


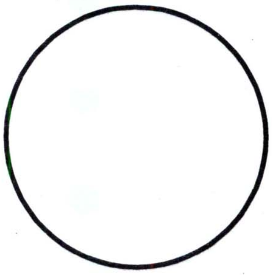


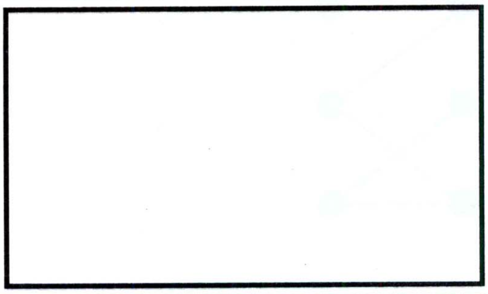


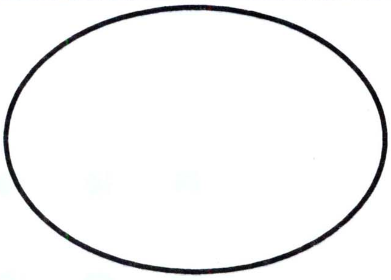


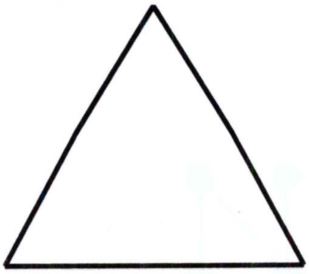


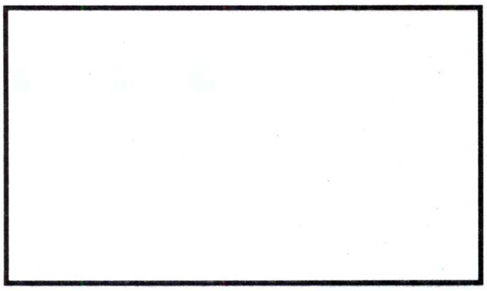


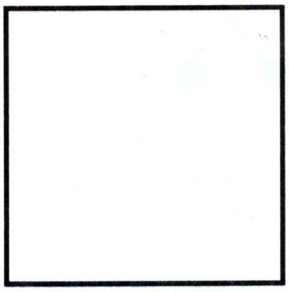


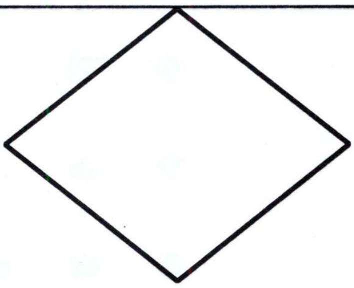


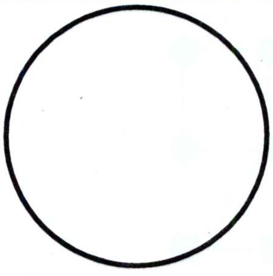




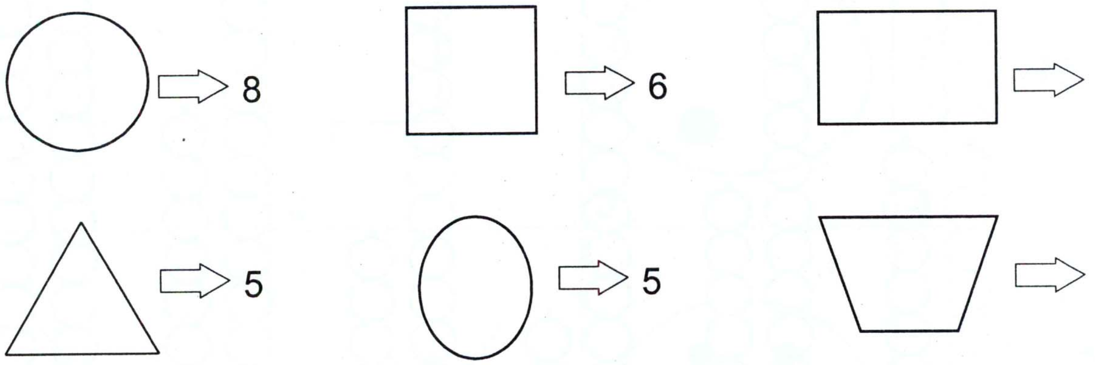


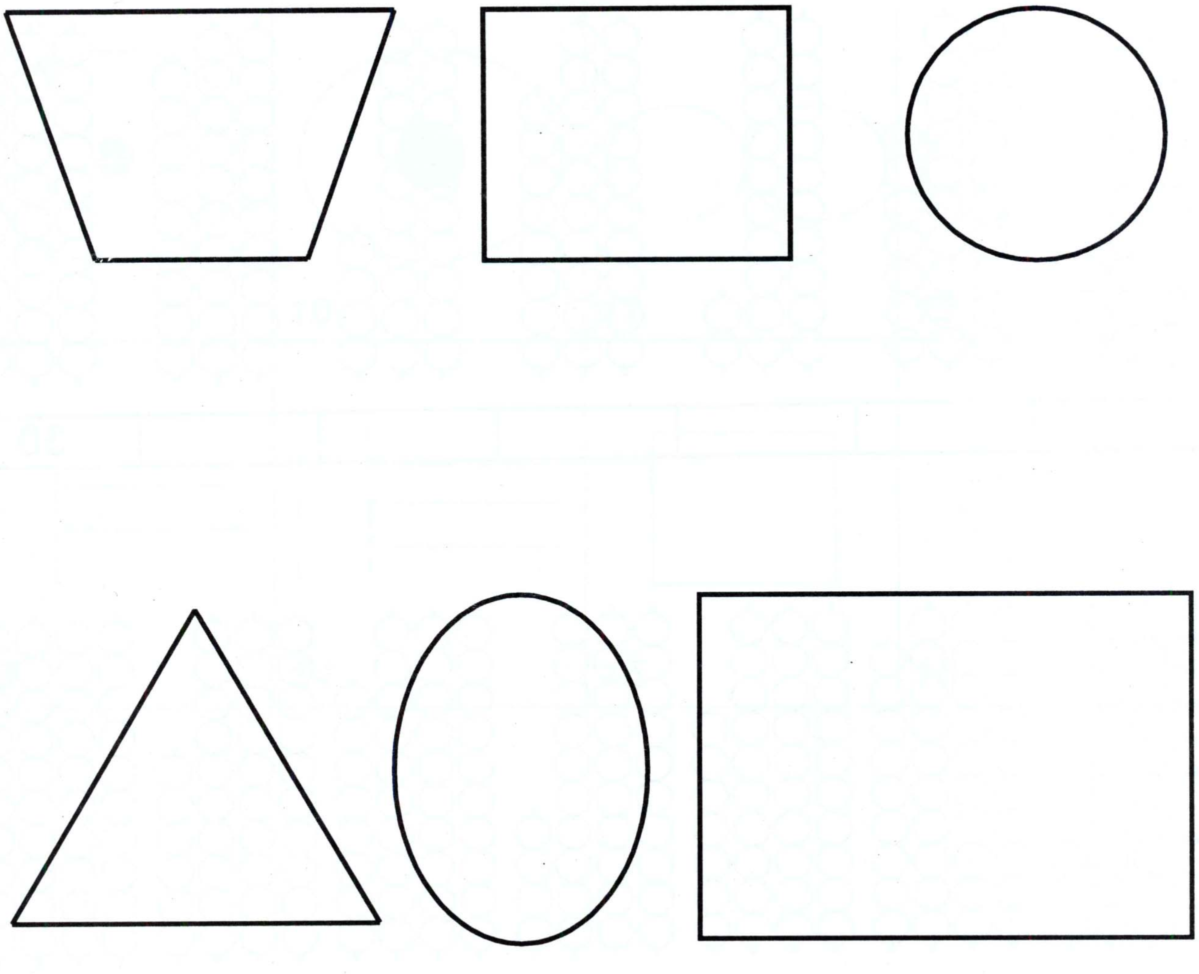


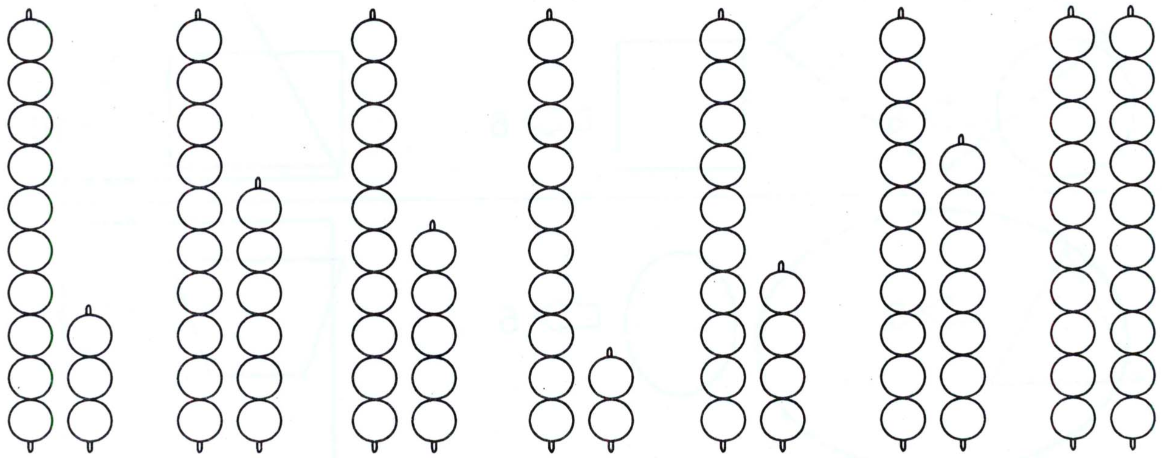




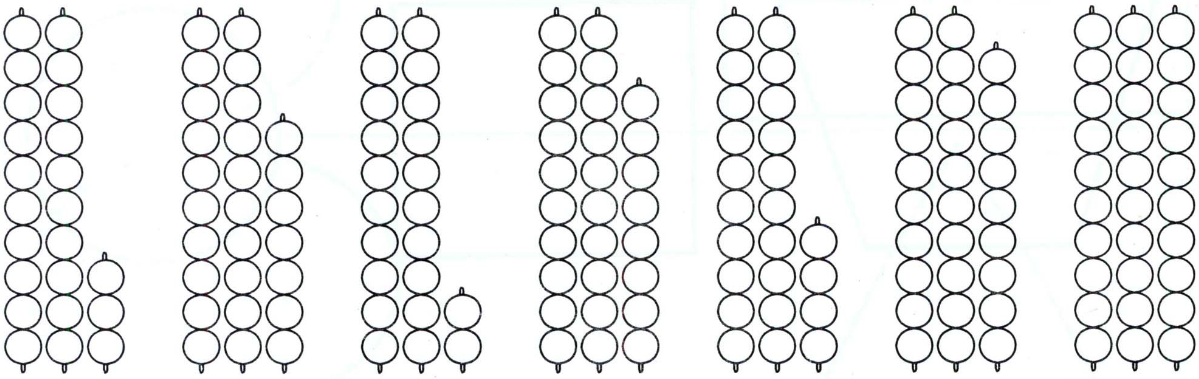
رنگین پینسل سے بڑی شکلوں میں چھوٹی شکلوں کے سامنے لکھے نمبر کے مطابق لائینس بنانا۔



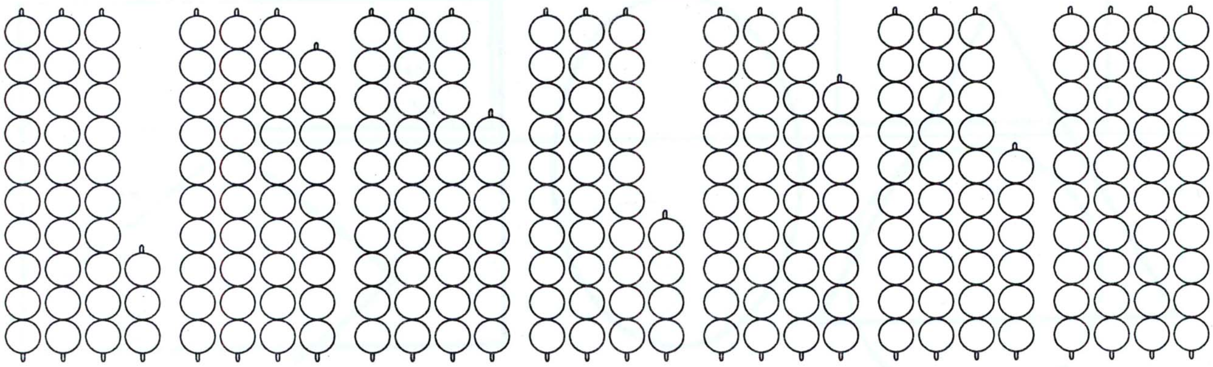




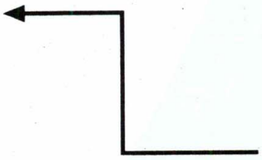
						20



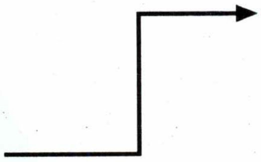
						30



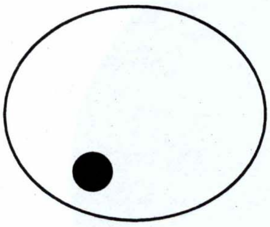
						40



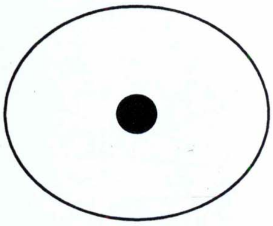
1



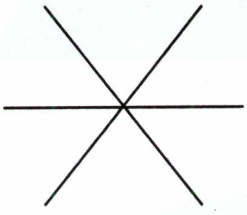
2



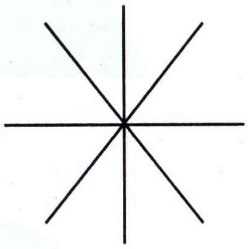
3



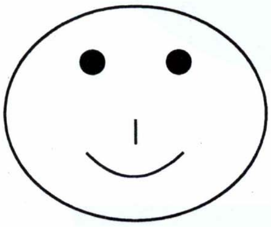
4



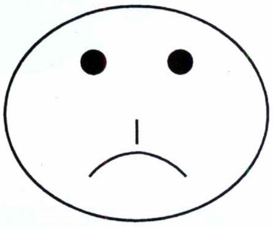
5



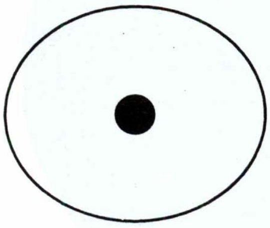
6



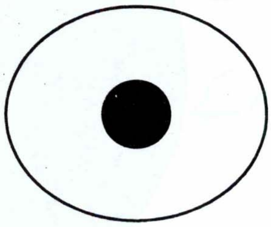
7



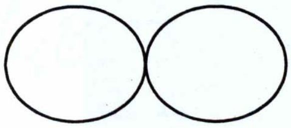
8



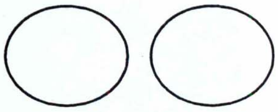
9



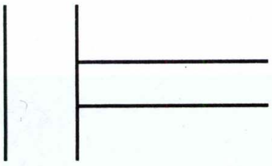
10



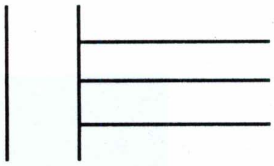
11



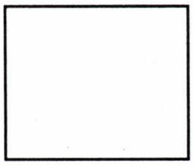
12



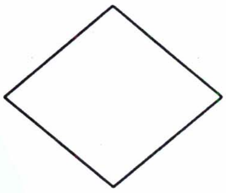
13



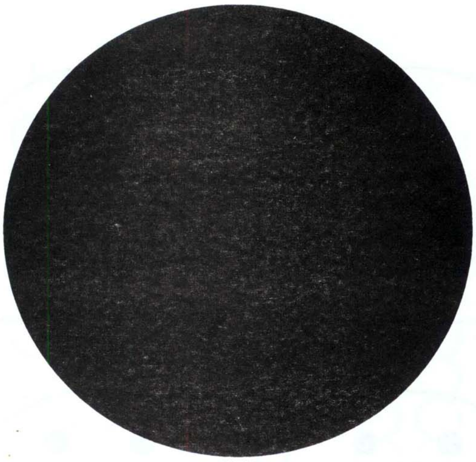
14

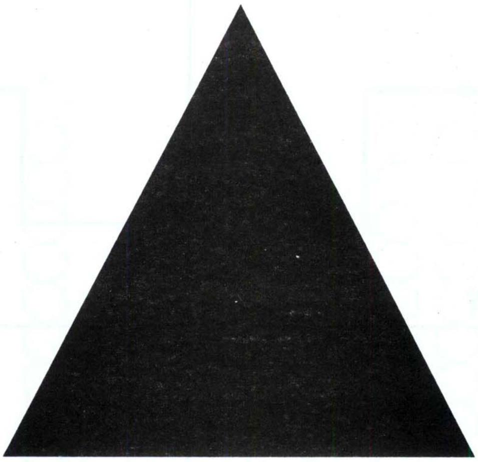


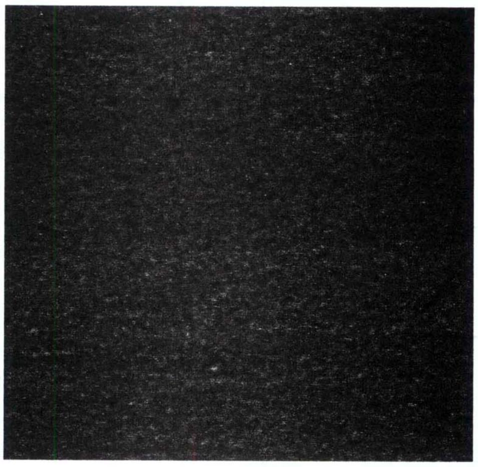
15

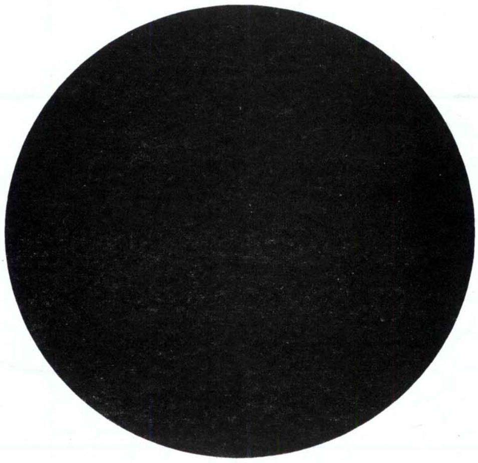


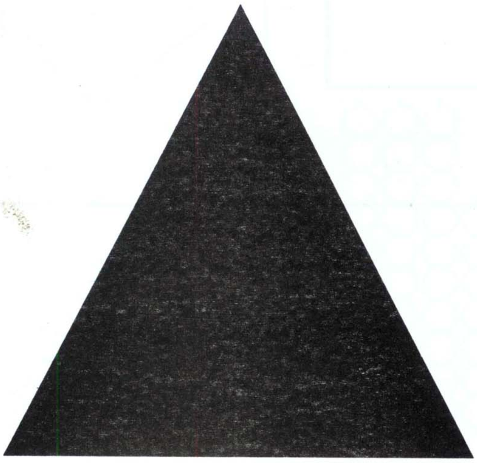
16

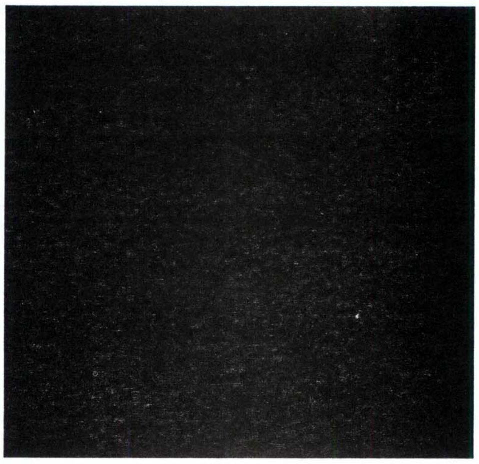












ANNEX-D

چیک لسٹ

ابتدائی تعلیم کے رہنما پورٹیج پروگرام کے پاکستانی ماڈل سے ماخوذ

توجہ فرمائیے۔ چیک لسٹ استعمال کرنے سے پہلے تعارف کو غور سے پڑھ اور سمجھ لیں۔

تعارف

پیدائش سے لے کر چھ سال تک کی عمر کے دورانیے میں ہر بچہ مندرجہ ذیل نشوونما کے پانچ پہلوؤں میں مرحلہ وار، ایک ترتیب سے آگے بڑھتا ہے۔ ان پہلوؤں کو سمجھنے کے لئے الگ الگ پانچ نام دیئے گئے ہیں حالانکہ یہ سیکھنے کے عمل میں ساتھ ساتھ کام کرتے ہیں اور ان کی نشوونما بھی ساتھ ساتھ چلتی ہے۔

نشوونما کے پانچ پہلو

1 ''ذاتی دیکھ بھال '' یعنی اپنے روزمرہ کے کام (منہ ہاتھ دھونا، کپڑے اتارنا پہننا، نہانا دھونا وغیرہ)۔

2 ''حرکات '' یعنی جسم کے بڑے چھوٹے جوڑوں پٹھوں اور آنکھوں اور انگلیوں کا مہارت کے ساتھ استعمال۔

3 ''زبان دانی '' یعنی سنی ہوئی باتوں کو سمجھنا اور اپنی بات الفاظ اور جملوں میں دوسروں تک پہنچانا۔

4 '' سماجی تربیت '' یعنی ماحول اور معاشرے میں پیش آنے والی صورتحال کے تقاضوں کو پورا کر کے اپنی جگہ بنانا۔

5 ''ذہنی صلاحیتیں '' سمجھنے، سوچنے اور سیکھنے کے عمل کو آگے بڑھانے کی صلاحیتیں۔

جس ترتیب اور جس انداز سے یہ صلاحیتیں ہر اعتبار سے نارمل بچے میں نشوونما پاتی ہیں اور آگے بڑھتی ہیں، اندر کے صفحات میں اُوپر لکھے ہوئے نشوونما کے پانچ پہلوؤں میں انکو چیک لسٹ کی صورت میں دیا گیا ہے۔

چیک لسٹ میں کارکردگی کے سامنے دو خانے دیئے گئے ہیں، جہاں لکھا ہے ''موجودہ صورتحال'' اس خانے میں نیچے دیئے گئے طریقے کے مطابق نشان لگائیں۔ کارکردگی کے خانے میں دیئے گئے کاموں کو بچے سے کروا کے دیکھ لیں۔

- جو کام اچھی طرح کر لیتا ہے اس کے سامنے مثبت (+) کا نشان لگائیں۔
- جو کام ابھی وہ بالکل نہیں کر پاتا اس کے سامنے نفی (-) کا نشان لگائیں۔
- کچھ ایسے بھی کام ہوں گے جنہیں وہ تھوڑا بہت کر لیتا ہے لیکن پوری مہارت اور صحیح طریقے کے ساتھ نہیں کرتا۔ ایسے کاموں کے سامنے (+ -) دونوں نشان لگائیں۔ یعنی تھوڑا کر لیتا ہے لیکن پورا کام اچھی طرح نہیں۔
- جو کام آپ کروا کے نہ دیکھ سکیں یا واضح نہ ہو کہ کیا کروانا ہے تو سوالیہ نشان (؟) لگا دیں۔
- دوسرے خانے میں والدین اور اساتذہ اس کام سے متعلق بچے کے بارے میں مزید کچھ بتانا چاہیں تو اس خانے میں درج کریں۔

نوٹ:

یہ چیک لسٹ ایک مکمل صلاحیتوں کے بچے کی ترتیب وار کارکردگی کے حصول کی بنیاد پر بنائی گئی ہے۔ یہ چیک لسٹ آپکو ایک طرف یہ بتائے گی کہ ذہنی یا جسمانی طور پر مسائل سے دوچار بچہ (چاہے اسکی اصلی عمر 8-10-12 سال ہو) اسکی کارکردگی کتنے سال کے بچے کی سطح پر ہے۔ دوسری طرف آپکو یہ بھی بتائے گی کہ بچے کو آگے کیا سکھانا ہے۔ جو کام بچہ نہیں کرتا یا کر پاتا اسے بچے کے سیکھنے کے عمل کے پروگرام میں شامل کریں۔ ان صلاحیتوں کو آگے بڑھانے کی مشقیں دیں جو اس کام کو کرنے کے لئے چاہیئے۔

* پیالی ایک ہاتھ سے پکڑ کر پیتا ہے i

بچے کا نام: ______________ عمر: ______________

والد: ______________ تعلیم ______________ پیشہ: ______________

پتہ: ______________

ٹیلی فون نمبر: ______________ تاریخ: ______________

کارکردگی	موجودہ صورتحال	کوئی بات جو بتانا چاہیں
ذاتی دیکھ بھال		
1 ۔ دونوں ہاتھوں کی مدد سے پیالی یا گلاس سے پی لیتا ہے۔ عمر 1-2		
2 ۔ کپڑے پہناتے وقت بازو اور ٹانگیں آگے بڑھاتا ہے۔ *		
3 ۔ آستین میں بازو اور شلوار میں ٹانگیں ڈالتا ہے۔		
4 ۔ موزے اتارتا ہے۔		
5 ۔ ٹوپی سر سے اتار اور پہن لیتا ہے۔ (کبھی کبھی)		
6 ۔ شلوار اتار لیتا ہے۔		
7 ۔ رفع حاجت کے لئے کوئی اشارہ یا کوئی لفظ استعمال کرتا ہے۔		
8 ۔ والدین سے تولیہ لے کر منہ اور ہاتھ پونچھ لیتا ہے۔		
9 ۔ چمچہ استعمال کر کے کھالیتا ہے تھوڑا بہت گرتا ہے۔ عمر 2-3		
10۔ بیت الخلاء جانے کے لئے اشارہ دیتا ہے۔ بالکل وقت پر نہیں		
11۔ جوتے پہن لیتا ہے۔(جوتے کا اسٹریپ بند کئے بغیر)		
12۔ کپڑے اتار لیتا ہے۔ (شلوار اور سامنے سے کھلی یا ڈھیلی قمیض)		
13۔ اگر بڑے پانی ڈالیں تو صابن لگا کر ہاتھ منہ دھو لیتا ہے		
14۔ رال نہیں بہتی ہے۔		
15۔ بغیر مدد کے چھوٹے جگ سے پانی گلاس میں انڈیل لیتا ہے۔		
16۔ موزے خود پہن لیتا ہے۔		
17۔ سامنے سے کھلی ہوئی قمیض، سوئیٹر پہن لیتا ہے۔		
18۔ پورا کھانا بغیر کسی مدد کے کھالیتا ہے۔		
19۔ زپ بند کر لیتا ہے۔ عمر 3-4		
20۔ زبانی ہدایت پر دانت مانجھ لیتا ہے۔		
21۔ کہنے پر ناک صاف کرتا ہے۔		
22۔ کوٹ یا قمیض کو اپنے سامنے پھیلا کر بٹن کھولتا ہے۔		
23۔ میز پر یا زمین پر کوئی چیز گر جائے تو صاف کر لیتا ہے۔		
24۔ جوتا پہن لیتا ہے۔(فیتے والا نہیں)		
25۔ پہنے ہوئے کپڑوں کے بٹن خود کھول لیتا ہے۔ عمر 4-5		
26۔ اپنے کپڑوں (قمیض) کے بٹن خود بند کر لیتا ہے۔		
27۔ ہاتھ اور منہ دھو لیتا ہے۔		
28۔ بغیر کسی مدد کے کپڑے پہن لیتا ہے۔		

کوٹ یا قمیص کے 25 ~ 3-4 سامنے پھیلا کر بٹن بند کر لیتا ہے

کارکردگی	موجودہ صورتحال	کوئی بات جو بتانا چاہیں
29۔ اگر والدین ڈونگا یا پلیٹ پکڑے ہیں تو سالن سبزی وغیرہ چمچے سے خود نکال لیتا ہے۔		
30۔ وقت پر لیٹرین جا کر پاجامہ خود اتار کر اپنے کو صاف کر کے آتا ہے۔		
31۔ جوتے کے فیتے خود باندھ لیتا ہے۔		
32۔ سڑک دیکھ بھال کر پار کرتا ہے۔ **عمر 5-6**		
33۔ کھانے پر اپنی پلیٹ میں خود کھانا نکال لیتا ہے۔		
34۔ اپنے لئے ڈبل روٹی کے سینڈ وچ بنا لیتا ہے۔		
35۔ گھر کے قریب دو فرلانگ تک خود چلا جاتا ہے۔		
36۔ باہر کے عام مقامات پر باتھ روم ڈھونڈ لیتا ہے۔		
حرکات		
1۔ گیند زمین پر لڑھکا کر دکھائی جائے تو ویسے خود بھی لڑھکا لیتا ہے۔ **عمر 1-2**		
2۔ بڑوں کی کرسی پر چڑھ جاتا ہے اور مڑ کر سیدھا بیٹھ جاتا ہے۔		
3۔ چار ماچس کی ڈبیاں ایک کے اوپر ایک رکھ کر کھمبا بنا لیتا ہے۔ (ماچس کی ڈبیوں پر رنگین کاغذ چپکا لیں)		
4۔ پینسل یا رنگین مارکر سے اپنی مرضی سے لکیریں بناتا ہے۔ (کھچانے کے انداز میں)		
5۔ اگر بچے کا ہاتھ پکڑ کر سہارا دیں تو سیڑھیاں چڑھتا ہے۔ (ہر سیڑھی پر دونوں پیر رکھ کر)		
6۔ دروازے کا ہینڈل گھما لیتا ہے۔ **عمر 2-3**		
7۔ دونوں پیروں پر اچھلتا ہے۔		
8۔ الٹے قدموں چلتا ہے۔		
9۔ پانچ فٹ دور گیند پھینکتا ہے۔		
10۔ انگوٹھے اور اسکے برابر والی انگلی سے پینسل پکڑ کر بیچ والی انگلی پر پنسل ٹکا کر لکیریں / شکلیں بناتا ہے۔		
11۔ اگر کھڑا ہے تو سامنے رکھی ہوئی گیند کو کہنے پر پیر سے ٹھوکر مار لیتا ہے۔		
12۔ سخت گوندھے ہوئے آٹے یا چکنی مٹی سے گیند کی شکل بنا لیتا ہے۔		
13۔ کھڑی ہوئی حالت میں اپنی طرف لڑھکائی جانے والی گیند کو پیر سے ٹھوکر مارتا ہے۔ **عمر 3-4**		
14۔ سیڑھی پر ایک ایک پیر رکھتے ہوئے سیڑھیاں چڑھتا ہے۔		
15۔ گیند بچے کی طرف پھینکی جائے تو دونوں ہاتھوں سے پکڑتا ہے۔ (Catch کرتا ہے)۔		
16۔ جھک کر چیز اٹھاتا ہے۔		
17۔ قینچی سے 8 انچ لمبی لکیر کاٹ لیتا ہے۔ ایک انچ کے فاصلے سے بنی ہوئی دو کھڑی ہوئی لکیروں کے بیچ میں رہتے ہوئے۔		
18۔ پیر کے پنجے کے بل چل سکتا ہے۔		
19۔ دونوں پیروں پر کودتے ہوئے دس قدم چلتا ہے۔		
20۔ 5 سے 8 سیکنڈ ایک پیر پر کھڑا ہو سکتا ہے۔ (کسی سہارے کے بغیر)۔		

iii

کارکردگی	موجودہ صورتحال	کوئی بات جو بتانا چاہیں
21۔ قینچی سے گولائی کی لائنیں کاٹتا ہے۔		
22۔ ہر سیڑھی پر ایک ایک پیر رکھ کر اترتا ہے۔ (ریلنگ پکڑ کر)		
23۔ کم از کم پانچ مرتبہ ایک پیر پر کودتا ہے۔		
24۔ گھر، درخت یا آدمی کی ملتی جلتی تصویر بنا سکتا ہے۔		
25۔ بڑے حروف کی نقل کر لیتا ہے۔ عمر 5-6		
26۔ حروف کے شوشے (حروف کی آدھے شکلیں) ملا کر لکھ لیتا ہے		
27۔ ہتھوڑی سے کیل ٹھونکتا ہے۔		
28۔ لکیروں کے اندر رہتے ہوئے رنگ کرتا ہے۔		
29۔ کٹر سے پینسل چھیلتا ہے۔		
زبان دانی: عمر 1-2		
1۔ "سب ختم"، "غائب"، کے لئے اشارہ کر کے بتاتا ہے۔ یا اپنا کوئی لفظ استعمال کرتا ہے۔		
2۔ ''مجھے دو'' یا "دکھاؤ" کا مطلب سمجھ کر عمل کرتا ہے۔		
3۔ روزمرہ کے استعمال کی اشیاء کو نام لینے پر اشارے سے دکھاتا ہے۔		
4۔ نام لینے پر جسم کے کم سے کم پانچ حصوں کو پہچان کر اشارہ کرتا ہے۔		
5۔ اپنی بات ضرورت کے مطابق بتانے کے لئے الفاظ یا اشارے استعمال کرتا ہے۔		
6۔ عام جانوروں کی آواز نکالتا ہے۔ (بلی کتا چڑیا بکری وغیرہ)۔		
7۔ روزمرہ کے عام کھانے کی چند چیزیں اگر دکھائی جائیں تو نام لے کر مانگتا ہے۔		
8۔ جسم کے آٹھ حصوں کے نام لے کر بتاتا ہے۔		
9۔ ایسے سوال جن میں ''ہاں'' یا ''نہیں'' پوچھا جائے تو جواب دیتا ہے۔		
10۔ دو تین یا چار لفظی جملوں میں اسم (چیزوں کے نام) اور فعل ملا کر بولتا ہے۔ عمر 2-3		
11۔ بیت الخلا جانے کی حاجت کو لفظی طور پر بیان کرتا ہے۔ (ایک لفظ میں)		
12۔ ایسے سوالوں کا جن میں ''کہاں'' کا لفظ استعمال ہوتا ہے جواب دیتا ہے۔ (یعنی جگہ بتانے والے عام الفاظ کا استعمال کر لیتا ہے۔) جیسے اُوپر۔ نیچے۔ اندر۔ باہر وغیرہ۔		
13۔ جمع کا صیغہ استعمال کرتے ہوئے کچھ مانگا جائے تو ایک سے زیادہ چیزیں دیتا ہے۔		
14۔ نام لینے کے بجائے صرف استعمال بیان کیا جائے تو اس چیز کی طرف اشارہ کرتا ہے۔ (مثلاً وہ چیز دکھاؤ جس میں پانی پیتے ہیں یا جس سے بال بناتے ہیں وغیرہ)		
15۔ اپنی عمر انگلیوں کی مدد سے بتاتا ہے۔		
16۔ ایک ہی وقت میں دی جانے والی دو ہدایات سمجھ کر اسے ترتیب سے کرتا ہے۔		

iv

کارکردگی	موجودہ صورتحال	کوئی بات جو بتانا چاہیں
17۔ فعلِ ماضی کا استعمال کرتا ہے چاہے وہ ہمیشہ صحیح نہ ہو۔ (کھایا تھا گئے تھے وغیرہ)۔		
18۔ سوال پوچھتا ہے۔ مثلاً یہ کیا ہے؟ کہاں؟ کون؟ کس کا؟		
19۔ سوال میں اگر ''کون ہے؟'' پوچھا جائے تو جواب دیتا ہے۔ (لوگوں کے بارے میں)۔		
20۔ چیزوں کے بارے میں ''کھلا'' ہے ''بند'' کے الفاظ استعمال کرتا ہے۔ عمر 3-4		
21۔ سوالیہ جملوں کو ''کیا'' کے لفظ سے شروع کرتا ہے جہاں موزوں ہو۔		
22۔ دو ایسی ہدایات دی جائیں جن کا ایک دوسرے سے تعلق نہ ہو تو عمل کرتا ہے۔ (مثلاً پینسل ڈبے میں رکھ دو جوتا کمرے میں رکھ آؤ)		
23۔ پوچھا جائے تو اپنا پورا نام بتاتا ہے۔		
24۔ "کیسے" سے متعلق آسان سوال کا جواب دیتا ہے۔		
25۔ اپنے حالیہ تجربہ کو سلسلہ وار بیان کرتا ہے۔		
26۔ روزمرہ کی چیزوں کو استعمال سے پہچانتا ہے۔		
27۔ مستقبل کے بارے میں بات کرتا ہے۔ (کل لکھوں گا وغیرہ)۔		
28۔ کوئی دو واقعات ترتیب سے بیان کرتا ہے۔		
29۔ دی جانے والی تین ہدایات پر ترتیب سے عمل کرتا ہے عمر 4-5 (جیسے پینسل ڈبے میں رکھ کے ڈبہ الماری کے اندر رکھ دو اور الماری بند کر دو۔		
30۔ بول چال میں ''کر سکتا ہوں'' ''اور'' ''کر لونگا'' کا استعمال کرتا ہے۔		
31۔ جملے ملا کر بولتا ہے جیسے میں نے گیند پھینکی اور وہ سڑک پر چلی گئی۔		
32۔ اگر کہا جائے تو کسی چیز کے ''اُوپر'' اور ''نیچے'' کے حصے (Top اور Bottom) کو بتاتا ہے۔		
33۔ الفاظ کا الٹ خود سوچ کے بتا سکتا ہے۔ (جیسے گندہ، صاف۔ روشنی۔ اندھیرا وغیرہ۔)		
34۔ تصویروں کی مدد کے بغیر کوئی چھوٹی کہانی سناتا ہے۔		
35۔ اپنے گھر کا پتہ بتاتا ہے۔ عمر 5-6		
36۔ ٹیلی فون نمبر بتاتا ہے۔		
37۔ چھوٹے لطیفے سناتا اور سمجھاتا ہے۔		
38۔ روزمرہ پیش آنے والے واقعات بیان کرتا ہے۔		
39۔ ''کیسے'' اور ''کیوں'' (CONCRETE چیزوں کے متعلق) پوچھنے جانے والوں سوالات کا تفصیلی جواب دیتا ہے۔		
40۔ آسان نامکمل جملے پورے کر لیتا ہے۔ (صابن سے منھ۔۔۔۔ ہیں وغیرہ)		
41۔ گزرے ہوئے کل اور آنے والے کل کا صحیح استعمال کرتا ہے۔		
42۔ "کیا ہوگا اگر (تم انڈا گرا دو؟)'' ان سوالوں کے جواب دیتا ہے۔		
43۔ بہت سا، تھوڑا سا، کچھ جیسے الفاظ کا مطلب سمجھتا ہے۔		

V

کارکردگی	موجودہ صورتحال	کوئی بات جو بتانا چاہیں
44۔ نئے اور نامانوس الفاظ کا مطلب پوچھتا ہے۔		
سماجی تربیت		
1 ۔ دوسرے بچوں کے ساتھ کھیل میں حصہ لیتا ہے۔ عمر 1-2		
2 ۔ بڑوں کے کاموں کی نقل کرتا ہے (کپڑے جھٹکنا۔ سجدے میں جانا۔ جھاڑو لگانا) وغیرہ ۔		
3 ۔ کوئی چیز یا عمل دوسرے شخص کو لے جا کر دکھاتا ہے۔		
4 ۔ اپنے ہم عمر دو یا تین بچوں کے ساتھ کھیلتا ہے۔		
5 ۔ اگر کہا جائے تو اپنے جان پہچان کے بڑے کو سلام کرتا ہے۔		
6 ۔ ماں یا باپ اگر کچھ کرنے کے لئے کہیں تو مانتا ہے (تقریباً پچاس فیصد) عمر 2-3		
7 ۔ موسیقی یا کہانی توجہ سے سنتا ہے تقریباً 10 سے 5 منٹ کے لئے۔		
8 ۔ یاد دلانے پر ''شکریہ اور پلیز'' کہتا ہے		
9 ۔ اگر کہا جائے تو اپنے لئے چیز پسند کرتا ہے۔ (کپڑا یا کھانے کی چیز وغیرہ)۔		
10 ۔ جذبات اور احساسات کے اظہار کے لئے استعمال کئے جانے والے الفاظ کو سمجھتا ہے۔ (جیسے تھکنا۔ خوش ہونا/ ناراض ہونا پریشان ہونا وغیرہ۔)		
11 ۔ اصول اور قاعدوں کی پابندی کرتا ہے جیسا دوسرے بچوں کو کرتا دیکھتا ہے۔ عمر 3-4		
12 ۔ بغیر کہے جان پہچان کے بڑوں کو سلام کرتا ہے۔		
13 ۔ اپنے ہم عمر بچے کے کھلونے پوچھ کر استعمال کرنے کے لئے اجازت مانگتا ہے۔ (اگر سکھایا گیا ہے تو)		
14 ۔ بڑے کوئی بات کہیں تو ان کی بات مانتا ہے۔ (زیادہ تر)۔		
15 ۔ اگر پانی پینے اور غسل خانے جانے میں کوئی مشکل ہو تو مدد طلب کرتا ہے۔ عمر 4-5		
16 ۔ بڑوں کی باتوں میں حصہ لیتا ہے۔		
17 ۔ کہا جائے تو نظمیں یا گانے سناتا ہے اور ناچ کر کے دکھاتا ہے۔		
18 ۔ بچوں کے کھیل میں اپنی باری کا انتظار کرتا ہے۔ (لوڈو وغیرہ)		
19 ۔ لوگوں کے درمیان ایسا رویہ اختیار کرتا ہے جو عموماً قابل قبول ہو۔		
20 ۔ بغیر نگرانی کے چار پانچ بچوں کے ساتھ مل جل کر کھیلتا ہے۔ عمر 5-6		
21 ۔ کھیلنے میں، کھیل کے قواعد اور ضوابط دوسروں کو سمجھاتا ہے۔		
22 ۔ کھانے کے دوران ہونے والی گفتگو میں حصہ لیتا ہے۔		
23 ۔ اپنے ساتھیوں کو پریشان دیکھ کر تسلی دیتا ہے۔		
24 ۔ اپنے لئے دوست منتخب کرتا ہے۔		

V

کارکردگی	موجودہ صورتحال	کوئی بات جو بتانا چاہیں
44۔ نئے اور نامانوس الفاظ کا مطلب پوچھتا ہے۔		
سماجی تربیت		
1 ۔ دوسرے بچوں کے ساتھ کھیل میں حصہ لیتا ہے۔ عمر 1-2		
2 ۔ بڑوں کے کاموں کی نقل کرتا ہے (کپڑے جھٹکنا۔ سجدے میں جانا۔ جھاڑو لگانا) وغیرہ ۔		
3 ۔ کوئی چیز یا عمل دوسرے شخص کو لے جا کر دکھاتا ہے۔		
4 ۔ اپنے ہم عمر دو یا تین بچوں کے ساتھ کھیلتا ہے۔		
5 ۔ اگر کہا جائے تو اپنے جان پہچان کے بڑے کو سلام کرتا ہے۔		
6 ۔ ماں یا باپ اگر کچھ کرنے کے لئے کہیں تو مانتا ہے (تقریباً پچاس فیصد) عمر 2-3		
7 ۔ موسیقی یا کہانی توجہ سے سنتا ہے تقریباً 10 سے 5 منٹ کے لئے۔		
8 ۔ یاد دلانے پر ''شکریہ اور پلیز'' کہتا ہے		
9 ۔ اگر کہا جائے تو اپنے لئے چیز پسند کرتا ہے۔ (کپڑا یا کھانے کی چیز وغیرہ)۔		
10 ۔ جذبات اور احساسات کے اظہار کے لئے استعمال کئے جانے والے الفاظ کو سمجھتا ہے۔ (جیسے تھکنا۔ خوش ہونا/ ناراض ہونا پریشان ہونا وغیرہ۔)		
11 ۔ اصول اور قاعدوں کی پابندی کرتا ہے جیسا دوسرے بچوں کو کرتا دیکھتا ہے۔ عمر 3-4		
12 ۔ بغیر کہے جان پہچان کے بڑوں کو سلام کرتا ہے۔		
13 ۔ اپنے ہم عمر بچے کے کھلونے پوچھ کر استعمال کرنے کے لئے اجازت مانگتا ہے۔ (اگر سکھایا گیا ہے تو)		
14 ۔ بڑے کوئی بات کہیں تو ان کی بات مانتا ہے۔ (زیادہ تر)۔		
15 ۔ اگر پانی پینے اور غسل خانے جانے میں کوئی مشکل ہو تو مدد طلب کرتا ہے۔ عمر 4-5		
16 ۔ بڑوں کی باتوں میں حصہ لیتا ہے۔		
17 ۔ کہا جائے تو نظمیں یا گانے سناتا ہے اور ناچ کر کے دکھاتا ہے۔		
18 ۔ بچوں کے کھیل میں اپنی باری کا انتظار کرتا ہے۔ (لوڈو وغیرہ)		
19 ۔ لوگوں کے درمیان ایسا رویہ اختیار کرتا ہے جو عموماً قابل قبول ہو۔		
20 ۔ بغیر نگرانی کے چار پانچ بچوں کے ساتھ مل جل کر کھیلتا ہے۔ عمر 5-6		
21 ۔ کھیلنے میں، کھیل کے قواعد اور ضوابط دوسروں کو سمجھاتا ہے۔		
22 ۔ کھانے کے دوران ہونے والی گفتگو میں حصہ لیتا ہے۔		
23 ۔ اپنے ساتھیوں کو پریشان دیکھ کر تسلی دیتا ہے۔		
24 ۔ اپنے لئے دوست منتخب کرتا ہے۔		

vii

کارکردگی	موجودہ صورتحال	کوئی بات جو بتانا چاہیں
27 ۔ آدمی کی نامکمل تصویر میں نہ بنے ہوئے اعضاء (ہاتھ، ایک پیر، ایک آنکھ وغیرہ) بنالیتا ہے۔		
28 ۔ چار انچ کے چوکور کاغذ کے ایک کونے سے دوسرے کونے تک ترچھی لکیر بنالیتا ہے۔		
29 ۔ پوچھنے پر تین رنگوں کے نام بتاتا ہے۔ (لال، نیلا، پیلا)۔ یعنی Naming		
30 ۔ تین مختلف شکلوں (گول، چوکور اور تکون) کے نام بتاتا ہے۔ ("اس کو کیا کہتے ہیں ؟" کے جواب میں)		
31 ۔ سامنے رکھے ہوئی چیزوں میں سے جتنی کہی جائیں اُٹھا کے الگ رکھتا ہے۔ (10 تک) **عمر 4-5**		
32 ۔ تکون کی بنی ہوئی شکل دیکھ کر ویسی خود بناتا ہے۔		
33 ۔ چار پانچ دکھائی گئی چیزوں میں ایک ہٹالی جائے تو کیا چیز موجود نہیں ہے؟ بتاسکتا ہے۔		
34 ۔ 4-5 لائنوں کی عام نظموں یا گیتوں کو یاد کر کے سناتا ہے۔		
35 ۔ آٹھ رنگوں کے نام لیتا ہے۔		
36 ۔ سکّوں کے نام لیتا ہے۔ (1، 2 یا 5 روپے)		
37 ۔ ہندسے یا حروف کو میچ کر لیتا ہے۔		
38 ۔ چھوٹی سی کہانی تین بار سننے کے بعد اس میں بتائی جانے والی پانچ خاص باتیں بتاتا ہے۔		
39 ۔ دیکھ کر چوکور بنالیتا ہے۔		
40 ۔ کہنے پر چیز کو پیچھے۔ سامنے یا برابر میں رکھتا ہے اور بتاتا ہے کہ چیز کہاں رکھی ہوئی ہے۔		
41 ۔ بنی ہوئی تصویر میں کوئی خاص حصہ جو غائب ہے بنا سکتا ہے۔		
42 ۔ پہلا، درمیانی یا آخری کا مطلب سمجھتا ہے۔		
43 ۔ بیس (20) تک چیزوں کو گن کر کتنے ہیں؟، پوچھنے پر صحیح نمبر بتاتا ہے۔ **عمر 5-6**		
44 ۔ دس تک گنتی پہچانتا ہے۔		
45 ۔ حروف تہجی ''ا'' سے ''ے'' تک ترتیب کے ساتھ بولتا ہے اور پہچانتا ہے۔		
46 ۔ اپنا پہلا نام لکھ لیتا ہے۔		
47 ۔ مختلف لمبائی اور چوڑائی کی چیزیں بڑھتی یا گھٹتی ہوئی (جیسے سب سے لمبا اِس سے چھوٹا یا سب سے چھوٹا) ترتیب میں رکھتا ہے۔		
48۔ چیزوں کی ترتیب کا نام لیتا ہے مثلاً (پہلا، دوسرا، تیسرا وغیرہ)۔		
49۔ حروف اور ان کے شوشوں (آدھی شکل) کو میچ کر کے رکھ لیتا ہے اور ان کو آواز سے پہچانتا ہے۔		
50۔ ہفتہ کے دنوں کے نام ترتیب سے بتاتا ہے۔		
51۔ پورے، آدھے اور چوتھائی کا مطلب سمجھتا ہے۔		

viii

بچے کی کارکردگی کی سطح اور طور طریقوں کا مختصر خاکہ

نوٹ

پہلی اشاعت: اپریل 2015
قیمت: 300 / =

کتاب "ابتدائی تعلیم کی رہنما کتاب" لینے کیلیئے رابطے:

☆ دی ایجوکیشن فاؤنڈیشن (کراچی)	021-35387404-6
☆ قائدین سینٹر آف MR (کراچی)	021-34638344
☆ نیشنل انسٹیٹیوٹ آف اسپیشل ایجوکیشن (اسلام آباد)	051-9250392
☆ پشاور اسپیشل ایجوکیشن سینٹر	091-9217256
☆ امین مکتب (لاہور)	042-3585091-586

Email Addresses:

TEF.the_education_foundation@yahoo.com

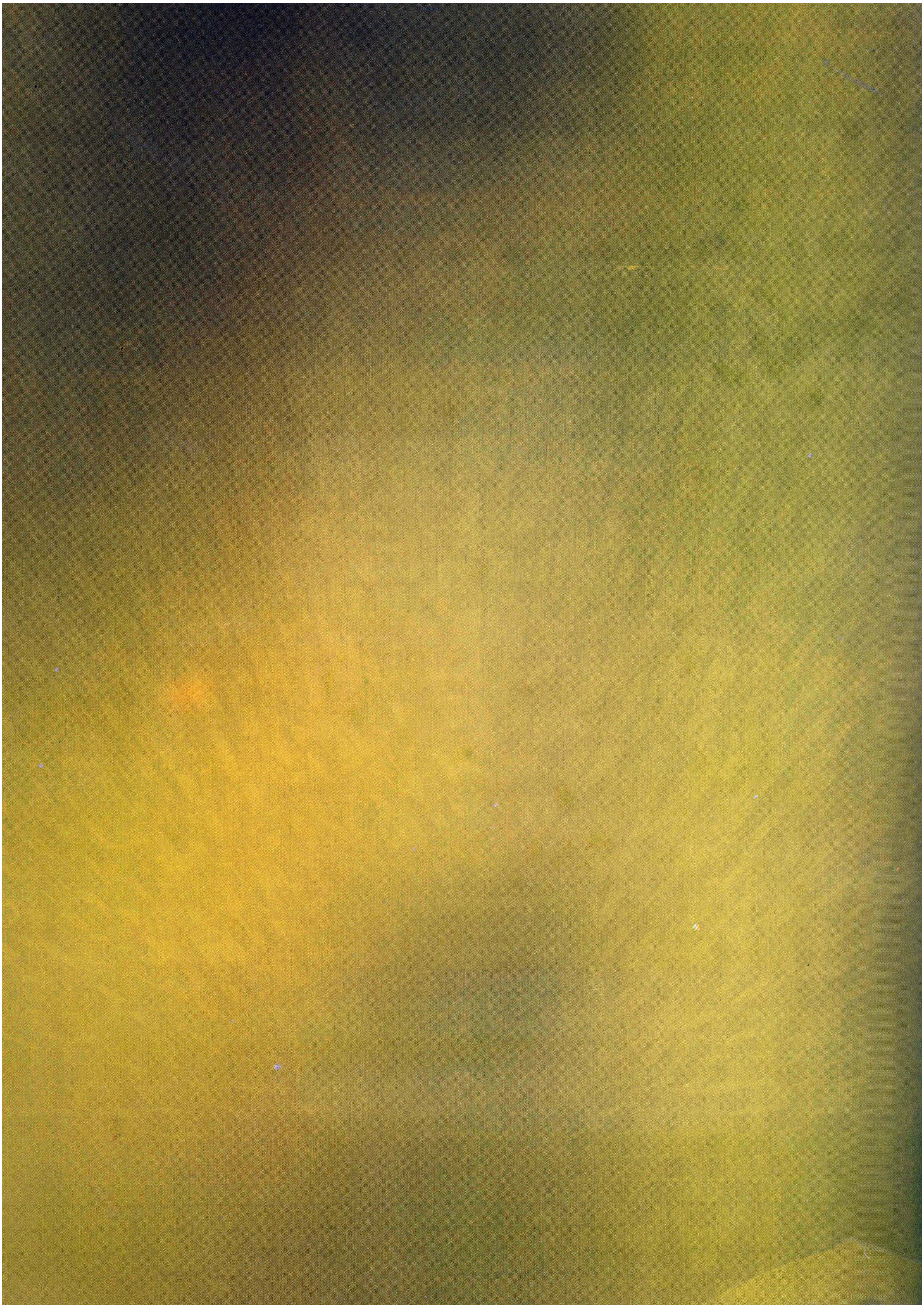
MunavverFatima:fatima.munavver@gmail.com

نوٹ:

"ابتدائی تعلیم کی رہنما کتاب میں "ابتدائی تعلیمی مہارتیں اور نصابی سرگرمیوں کے بیان میں جہاں بار بار جس کتاب کا حوالہ دیا گیا ہے۔ اس کتاب کا نام "بچوں میں ابتدائی صلاحیتوں کی نشوونما کے خاص طریقے" ہے۔ یہ ہی کتاب انگلش میں

“Play and Learn with Lowcost_No cost Learning Activity Divies”

کتاب لینے کیلیئے رابطے۔

☆ دی ایجوکیشن فاؤنڈیشن	021-35387404-6
☆ مس منور فاطمہ	021-34283091